

CORREIO BRAZILIENSE

BRASÍLIA, DISTRITO FEDERAL, 5 DE JANEIRO DE 2025

(DOMINGO)

NÚMERO 22.573 • 70 PÁGINAS • R\$ 7,00



AFP

A hora da ESTRELA

Com grandes chances de ser premiada como melhor atriz, Fernanda Torres brilha hoje no Globo de Ouro com *Ainda estou aqui*, filme de Walter Salles.

PÁGINA 22



Reprodução/Instagram/Joaoffonseca

Rumo ao Australian Open

Embalado pelo segundo título em duas semanas, o tenista João Fonseca, 18 anos, cobiça vaga na chave principal do Grand Slam.



ESTADÃO CONTEÚDO

Gabigol embarca no Cruzeiro

Principal contratação do clube é apresentada com pompa no Gigante da Pampulha.

PÁGINA 20

Trabalho & formação profissional

Prepare-se! Este ano serão 63 mil vagas em concursos

É o que está previsto no projeto do Orçamento federal para 2025, ainda em análise pelo Congresso. Confira a lista das seleções e as oportunidades que serão abertas

A votação do Projeto de Lei do Orçamento para este ano deve ocorrer depois do recesso parlamentar, em fevereiro. Por causa do pacote de cortes de gastos do governo federal, foram

reduzidos cerca de R\$ 1 bilhão, em relação a 2024, nas verbas para certames e contratações. Para o Distrito Federal, estão previstas 31 mil vagas no serviço público local, entre elas, as da

Câmara Legislativa, cujo edital deve ser lançado nos próximos meses. Veja dicas de especialistas para se preparar, alcançar mais eficiência e equilíbrio nos estudos.

Os encantos do Caribe mexicano

Cancún oferece muito mais que praias paradisíacas. Há voo direto a partir de Brasília.



Divulgação/LongeviQuest



O Brasil no topo da longevidade

A freira Inah Lucas, de Porto Alegre, tem 116 anos e é a pessoa mais velha do mundo. Entre os homens, o posto também é de um brasileiro. PÁGINA 6

Ana Dubeux

Reflexões sobre amizade, contemplação da natureza e das cidades. PÁGINA 10

Ana Maria Campos

Os desafios de Ibaneis Rocha na reta final de seu segundo mandato. PÁGINA 14

Denise Rothenburg

Câmara deve derrotar governo e acabar com as emendas de comissão. PÁGINA 4

Ed Alves/CB/DA.Press



Fé na visita DOS REIS

Moradores de Planaltina foram às ruas, ontem, para celebrar Baltasar, Gaspar e Melchior, os sábios que saíram do Oriente para conhecer o recém-nascido Jesus, segundo a tradição cristã. Os Reis Magos são celebrados em 6 de janeiro, mas a folia na cidade mais antiga do DF começou neste sábado e prossegue até amanhã. Música e dança, almoços, missas e bênçãos estão na programação dos fiéis de todas as idades. PÁGINA 16

Antes de Caracas, opositor busca apoio

A seis dias da posse, Edmundo González (D) se reúne com o líder da Argentina, Javier Milei, e é saudado por multidão em Buenos Aires.

PÁGINA 9



AFP

A Brasília que viu o terror

Dos incidentes de 2022 que culminaram no 8 de janeiro de 2023 às ameaças recentes de atentado, Brasília conheceu o fantasma do terror. População terá que conviver com monitoramento constante e aumento da vigilância.

PÁGINA 2



9 771808 266011

CLASSIFICADOS: 3342.1000 • ASSINATURA / ATENDIMENTO AO LEITOR: 3342.1000

(61) 99158.8045

assinante.df@dabr.com.br • GRITA GERAL: 3214.1166

(61) 99256.3846



O Brasil em 2025

O terror mostra a cara

De 2022 para cá, Brasília se tornou alvo de tentativas de atentados e de golpe de Estado, em um período de extremismo que mira as instituições democráticas. O medo é de que a capital federal se torne palco de mais ataques

» RENATO SOUZA

Nos últimos dois anos, Brasília se deparou com uma face do terror que a população pouco conhecia. Apesar de ter sido palco de problemas com a atuação de gangues e grupos criminosos, principalmente na década de 1990 e começo dos anos 2000, a violência na capital federal ficava restrita a situações urbanas alheias ao cenário político e eleitoral. Porém, desde 2022, o centro do poder se tornou alvo. A polarização na política registrada em todo o Brasil chegou até o Distrito Federal em forma de radicalismo e, após o resultado das eleições, um alvo foi fixado por extremistas na cidade de três milhões de habitantes.

Os atos de radicalismo tiveram início em 12 de dezembro de 2022. O presidente Luiz Inácio Lula da Silva e o vice-Geraldo Alckmin foram diplomados durante a manhã no Tribunal Superior Eleitoral (TSE). Horas depois, foi preso o cacique José Acácio Serere Xavante, acusado de incitar ataques contra o Supremo Tribunal Federal (STF), ministros da Corte e o presidente Lula. A Procuradoria-Geral da República (PGR) afirmou que Xavante se aproveitou da sua condição de indígena para incitar atos antidemocráticos por indígenas e não indígenas.

Após a prisão dele, começou a correr o boato nas redes sociais de que o homem tinha morrido. Um grupo de extremistas então tentou invadir a sede da Polícia Federal, em Brasília. Ocorreu tentativa de depredar o edifício, ônibus do transporte público foram destruídos e ruas da capital vandalizadas. Apesar de todo o rastro de destruição deixado, ninguém foi preso naquele dia, o que motivou críticas à Polícia Militar do Distrito Federal.

Na época, o ministro da Justiça era Anderson Torres, que foi preso sob a acusação de participação na tentativa de golpe de Estado e de omissão em relação aos atos de 8 de janeiro ocorridos no ano seguinte. Em 15 de dezembro de 2022, de acordo com a Polícia Federal, militares do alto escalão do governo, das Forças Armadas, com participação ativa de homens do Grupoamento de Operações Especiais, os chamados Kids Pretos, tentaram colocar em prática um golpe de Estado.

O objetivo era matar o presidente Lula e o vice, Geraldo Alckmin, recém-eleitos. O ministro Alexandre de Moraes, do STF, também era alvo. O plano, minuciosamente detalhado em mensagens compartilhadas por WhatsApp encontradas no celular do tenente-coronel Mauro Cid, do general Mário Fernandes e de outros, foi abortado em cima da hora por questões logísticas.

Bomba no aeroporto

Menos de 10 dias depois, em 24 de dezembro, uma bomba foi acoplada em um caminhão-tanque, que carregava 60 mil litros de querosene. O alvo era o Aeroporto de Brasília, onde o artefato deveria explodir e causar uma tragédia sem precedentes. Chamada pelo motorista do caminhão, a Polícia Militar desativou a bomba. Wellington Macedo de Souza, George Washington de Oliveira Souza e Alan Diego dos Santos Rodrigues foram presos. A PF



A democracia em todo o mundo vive um momento delicado e ameaçador, em razão da ascensão de um extremismo intolerante, que se vale dos discursos de ódio, da desinformação e da mentira deliberada como estratégia de atuação política"

Luís Roberto Barroso, presidente do STF

aponta que Washington tinha frequentado um acampamento golpista montado no Setor Militar Urbano.

Três semanas depois, no 8 de janeiro, extremistas que estavam acampados desde novembro no Quartel-General do Exército e outros que chegaram nas 48 horas anteriores, desceram até a Esplanada, sem encontrar barreiras e destruíram as sedes dos Três Poderes. A partir daí, seguiu-se uma série de prisões, que chegaram a 1,3 mil, ações penais contra os envolvidos, julgamentos no Supremo e condenações ou acordos de não persecução penal nos casos de crimes mais simples.

Porém, o STF acabou tomando a frente da reação à tentativa de golpe, por caber à Corte a punição aos criminosos. Quando o acirramento político parecia ser menor, em relação à distância das eleições, mais uma ameaça foi registrada. Francisco Wanderley Luiz, no dia 13 de novembro de 2024, dirigiu-se à Esplanada com um cinturão de explosivos. Na área externa da Câmara, ele deixou um carro carregado com fogos de artifício. Em seguida, foi em direção ao Supremo, onde ao ser abordado por um dos seguranças, começou a jogar artefatos para tentar destruir a Estátua da Justiça.

Um dos explosivos foi detonado ao lado da cabeça dele e o matou. Em Ceilândia, a PM encontrou uma casa com diversos artefatos, sendo que um deles explodiu com a entrada de um robô antibombas enviados pelos policiais. A Asbin, que representa os integrantes da Agência Brasileira de Inteligência (Abin), afirmou que a ausência de investimento em inteligência, a interrupção do projeto de instalação de câmeras na Esplanada e outros fatores dificultam o monitoramento e prevenção desse tipo de atentado. Ao contrário do que era tradição brasileira, o centro do poder passou a ser alvo do terror e da ameaça contra a estabilidade democrática, o que deixa temor de que novos atos do tipo ocorram no futuro.

Democracia ameaçada

Durante os atos de 8 de janeiro, o Supremo Tribunal Federal era conduzido pela ministra Rosa Weber. No dia, ela ligou para autoridades dos Três Poderes e participou de uma caminhada pela Praça dos Três Poderes para ressaltar que as instituições permaneciam funcionando. Rosa lançou a campanha "Democracia Inabalada", para garantir que a depredação não havia parado o regime democrático.

Brasília no alvo

Capital federal se tornou palco de ataques de extremistas e planos terroristas que miram instituições democráticas e áreas de grande circulação na cidade



2022	
12 DE DEZEMBRO	Horas após a diplomação do presidente Luiz Inácio Lula da Silva, que tinha acabado de ser eleito, extremistas tentaram invadir a sede da Polícia Federal, em Brasília. Eles protestavam contra a prisão do indígena Terere Xavante. Ônibus do transporte público foram destruídos, sinalização de trânsito foi destruída na região central e diversos focos de incêndio foram iniciados pelos acusados. Ninguém foi preso.
15 DE DEZEMBRO	As investigações da Polícia Federal revelam que uma tentativa de golpe de Estado foi deflagrada neste dia. O ministro Alexandre de Moraes, do Supremo, teve seus passos vigiados de perto. Militares do Exército chegaram a se deslocar até Brasília e iniciar uma ação para derrubar as instituições democráticas. O planejamento foi abortado em cima da hora.
24 DE DEZEMBRO	Uma bomba é acoplada a um caminhão-tanque, que carregava 60 mil litros de querosene. O alvo era o Aeroporto de Brasília, onde o artefato deveria explodir e causar uma tragédia sem precedentes. Chamada pelo motorista do caminhão, a Polícia Militar desativou a bomba. Wellington Macedo de Souza, George Washington de Oliveira Souza e Alan Diego dos Santos Rodrigues foram presos. A polícia diz que Wellington tinha o intuito de "derrubar o comunismo" e que ele aguardava uma "convocação do Exército", para ser um "defensor da liberdade".
2023	
8 DE JANEIRO	Cerca de 3 mil pessoas que estavam no acampamento montado em frente ao Quartel-General do Exército, em Brasília, desceram para a Esplanada dos Ministérios. Ao chegarem no local, avistaram poucas barreiras para acessar a Praça dos Três Poderes. Em frente ao Congresso, encontraram policiais ainda em formação portando apenas tonfa (cassetete) e spray de pimenta. Facilmente invadiram o parlamento, seguiram até o Palácio do Planalto e foram até o Supremo, deixando um rastro de destruição. 1,3 mil pessoas foram presas nas 48 horas seguintes e parte do grupo já foi condenada.
2024	
13 DE NOVEMBRO	Um homem com um cinturão carregado de bombas segue até o Supremo Tribunal Federal. Ele circula pela Praça dos Três Poderes, deixa um carro nas proximidades da Câmara e segue até a Suprema Corte. No local, ele cumprimenta pessoas que estavam em uma parada de ônibus, fala com uma repórter da TV Brasil e se aproxima da entrada do prédio. Abordado por um segurança, ele começa a jogar explosivos contra a Estátua da Justiça. Um dos explosivos atinge a cabeça dele e o autor morre no local.
29 DE DEZEMBRO	Em uma ação cinematográfica, a Polícia Civil do Distrito Federal prendeu um caminhoneiro de 30 anos que prometeu realizar um "banho de sangue em Brasília". Investigadores da Divisão de Prevenção e Combate ao Extremismo Violento (DPCEV) monitoraram em tempo real o suspeito e realizaram a detenção na divisa da Bahia com Goiás, quando ele seguia para a capital. Um dia antes, a PMDF abordou Fabrício Domingos, 46 anos, que apresentava falas desconexas e teria ameaçado explodir o Quartel do Comando-Geral (QCG) da corporação e a Superintendência Regional da Polícia Federal (PF-DF).

Ed Alves/CB/D.A Press



8 de janeiro: radicais invadiram e depredaram as sedes dos Três Poderes

Quase dois anos após os ataques, o STF está sob a liderança do ministro Luís Roberto Barroso. Em conversa com o **Correio**, ele alerta que existe um momento ameaçador para a democracia no mundo. "A democracia em todo o mundo vive um momento delicado e ameaçador, em razão da ascensão de um extremismo intolerante, que se vale dos discursos de ódio, da desinformação e da mentira deliberada como estratégia de atuação política. Tudo acompanhado pela incivildade, pelo desrespeito às instituições e às pessoas", diz.

Barroso afirma que o golpismo foi derrotado, mas destaca que é necessário manter vigilância constante. "No Brasil, isso parece ter sido superado, com a derrota do golpismo e a preservação das instituições democráticas consagradas pela Constituição de 1988, mas devemos ficar atentos. Conservar a democracia é um exercício diário, sempre lembrando que o regime democrático tem espaço para todas as correntes político-ideológicas, mas não há lugar para quem não se disponha a respeitar as regras do jogo", ressalta.

A Polícia Civil do Distrito Federal prendeu, em 29 de dezembro do ano passado, um homem suspeito de planejar um atentado em Brasília. O homem, identificado como Lucas Ribeiro, foi alvo de denúncias anônimas. Ele foi preso na Bahia, em uma localidade próxima à divisa com Goiás. Nas redes sociais, onde se dizia corretor de imóveis, Lucas divulgou diversas mensagens em que mencionava a intenção de fazer ataques violentos na capital. A prisão foi realizada pela Divisão de Prevenção e Combate ao Extremismo Violento, da Polícia Civil do DF. O grupo foi criado pelo governo distrital após o episódio das bombas no STF.

Um dia antes, a PMDF abordou Fabrício Domingos Costa Ferreira, 46 anos, que apresentava falas desconexas e teria ameaçado explodir o Quartel do Comando-Geral (QCG) da corporação e a Superintendência Regional da Polícia Federal (PF-DF). Segundo a PM, porém, não foram encontrados explosivos com o suspeito, que foi entregue à Polícia Civil do Distrito Federal (PCDF).

O governo ainda instalou uma operação especial, que funciona desde o fim de dezembro até 12 de janeiro. A Secretaria de Segurança Pública do Distrito Federal (SSP-DF) reuniu uma célula de inteligência de maneira presencial até o próximo domingo. O grupo reúne instituições de segurança distritais e federais para

troca de informações e atuação coordenada.

Além das polícias Civil e Militar, participam representantes da Polícia Federal, Polícia Rodoviária Federal, Gabinete de Segurança Institucional, Comando Militar do Planalto e seguranças da Câmara, do Senado e do STF.

Radicalização

O cientista social Fábio de Sá Silva, professor de Estudos Brasileiros da Universidade de Oklahoma, nos Estados Unidos, pesquisador de Justiça, segurança pública e crise democrática, destaca que existe em curso um processo de radicalização do país, que precisa ser contido.

"A definição de terrorismo na legislação brasileira propositalmente excluiu ataques com motivação política, por isso há uma hesitação de juristas em qualificarem os atos de Tiu França dessa maneira. Mas, de modo geral, há um processo de radicalização no país que vem dando ensejo ao cometimento dos atos violentos e que visam causar terror. Então, podemos dizer que, em termos de repertório de ação política, já estamos cruzando uma fronteira e entrando nesse terreno delicado."

Para ele, o papel que vem sendo realizado pela Suprema Corte não é o que está atraindo atos de extremismo. "O Supremo, assim como os demais Poderes, nunca vai agradar a todo mundo com suas decisões. Eu mesmo não gosto de várias decisões do Supremo. Mas são decisões que, numa democracia, você acata, critica e tenta reverter pelos meios institucionais. Às vezes, isso pode demorar, mas é assim que funciona. Creio que o extremismo não vem do Supremo, mas de quem acha que, se o STF não lhe agrada, deve ser fechado ou então subjugado pela vontade de um suposto povo", completa Fábio.

O advogado Alexandre Pontieri, que desde 2006 atua nos tribunais superiores, afirma que o Supremo tem o entendimento de que ocorreu tentativa de derrubar a democracia. Nesses casos, as penas costumam ser mais elevadas. "O entendimento que prevaleceu e vem prevalecendo no STF é de que houve intenção de derrubar o governo democraticamente eleito pelo povo nas eleições do ano de 2022. Um dos entendimentos da Corte seguiu na linha de que se tratou de um crime de autoria coletiva, onde a execução é multitudinária", destaca.



Poder paralelo ganha terreno

Um dos desafios de Lula e dos governadores é tentar frear o ritmo crescente de mortes violentas imposto por facções criminosas

» RENATO SOUZA
» IAGO MAC CORD*

Motivo de preocupação da população, a crise de segurança no país promete causar dor de cabeça ao governo de Luiz Inácio Lula da Silva, mas também às gestões estaduais. Entre os anos de 2017 e 2019, o Brasil registrou uma queda substancial no número de mortes violentas intencionais. A redução foi de quase 20 mil óbitos, fazendo o país sair de 59 mil homicídios para 41 mil em apenas dois anos, de acordo com dados do *Anuário Brasileiro de Segurança Pública*. No entanto, desde então, a situação da violência está estagnada em uma taxa elevada, com média de 40 mil vidas perdidas por ano em situações de violência extrema.

Especialistas ouvidos pelo **Correio** destacam o principal desafio na segurança da maior nação da América Latina: combater as facções criminosas. O poder público estagnou nos avanços contra o narcotráfico e a sociedade convive com um poder paralelo que desafia o Estado e as instituições.

Nos últimos meses, episódios envolvendo facções têm gerado grande repercussão e mostrado a ousadia dos criminosos. No Aeroporto de Guarulhos, o empresário Antonio Vinícius Gritzbach, delator do Primeiro Comando Capital (PCC), a maior facção criminosa do país, foi morto a tiros em plena luz do dia. Uma investigação preliminar aponta o envolvimento

de policiais que seriam ligados ao PCC no caso. Ele estava em contato constante com o Ministério Público e com integrantes do Poder Judiciário, mas isso não fez com que os executores e os mandantes desistissem de colocar o plano de execução em prática.

Em Jericocoara, no Ceará, outro crime chocou a população. Um jovem de 16 anos foi sequestrado e morto por oito homens próximo a uma pousada. As informações preliminares repassadas à polícia apontam que o adolescente foi executado por conta de um símbolo que fez com a mão em uma foto. Sem saber que o gesto representava uma facção, o jovem assinou sua sentença de morte com uma foto publicada nas redes sociais. A área em que ele estava é dominada pelo Comando Vermelho.

Na briga por território para explorar o comércio de drogas, produtores ilegais, contrabando e serviços, como distribuição de internet, gás, água encanada e até de postos de combustíveis, as organizações atuam para eliminar rivais e tiram a vida de quem não aceita pagar taxas cobradas pelo narcotráfico ou ousam levar até as autoridades denúncias sobre o domínio da região. Nas últimas décadas, policiais foram cooptados, formando milícias, e até mesmo militares de forças armadas estrangeiras, como homens do Exército do Paraguai pagos para liberar a passagem de drogas na fronteira com o Brasil.

O diretor-presidente do Fórum Brasileiro de Segurança Pública,

Sergio Lima/AFP



Segundo Lewandowski, crime organizado não é mais uma ameaça somente local e exige combate integrado

Renato Sérgio de Lima, explica que o sistema prisional é o berço de praticamente todas as facções de base carcerária. Para ele, as facções, hoje, operam como grandes holdings — uma empresa que possui o controle acionário ou participação majoritária em outras empresas — do crime, como o PCC. A facção que surgiu nos presídios de São Paulo mantém 20 mil homens e suas fileiras e lucra cerca de R\$ 1 bilhão por ano, de acordo

com estimativas do Ministério Público de São Paulo. No total, o crime organizado fatura R\$ 146 bilhões anualmente no país.

"Isso significa que o Estado não está exercendo controle adequado sobre esse sistema, formado por mais de 1,5 mil unidades prisionais nos estados e cinco unidades federais. Assim, é necessário passar por uma modernização não apenas legislativa, mas também da gestão dos presídios. Essa modernização

envolve, por exemplo, a implementação do plano da ADPF 347, que deve ser homologado pelo Supremo Tribunal Federal nos próximos dias”, explicou.

De acordo com dados do *Anuário Brasileiro de Segurança Pública* 2024, as regiões Nordeste (que lidera o ranking desde 2011) e Norte são as que apresentam as maiores taxas de mortes violentas intencionais (MVIs) por 100 mil habitantes — 36,5 e 34,0, respectivamente,

seguidas por Centro-Oeste, com 22,6, Sul (16,4) e Sudeste (14,0). O estudo destaca o fato de que as duas regiões abrigam os estados que mais sofrem com “um quadro acentuado de disputas entre facções de base prisional”, que buscam rotas e territórios.

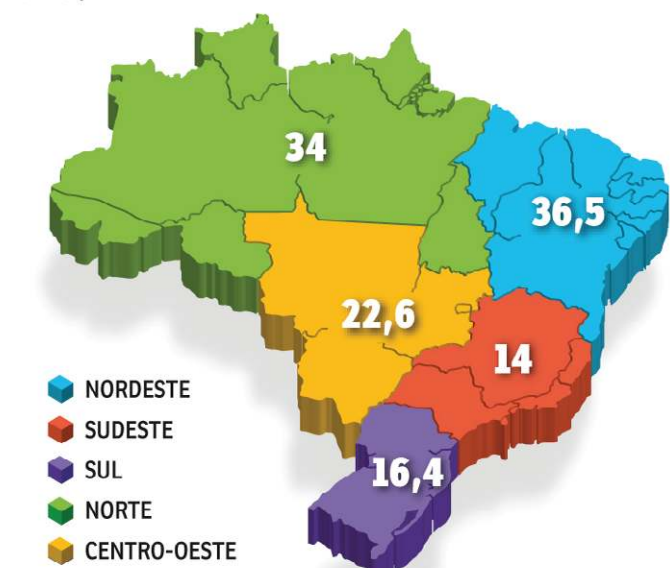
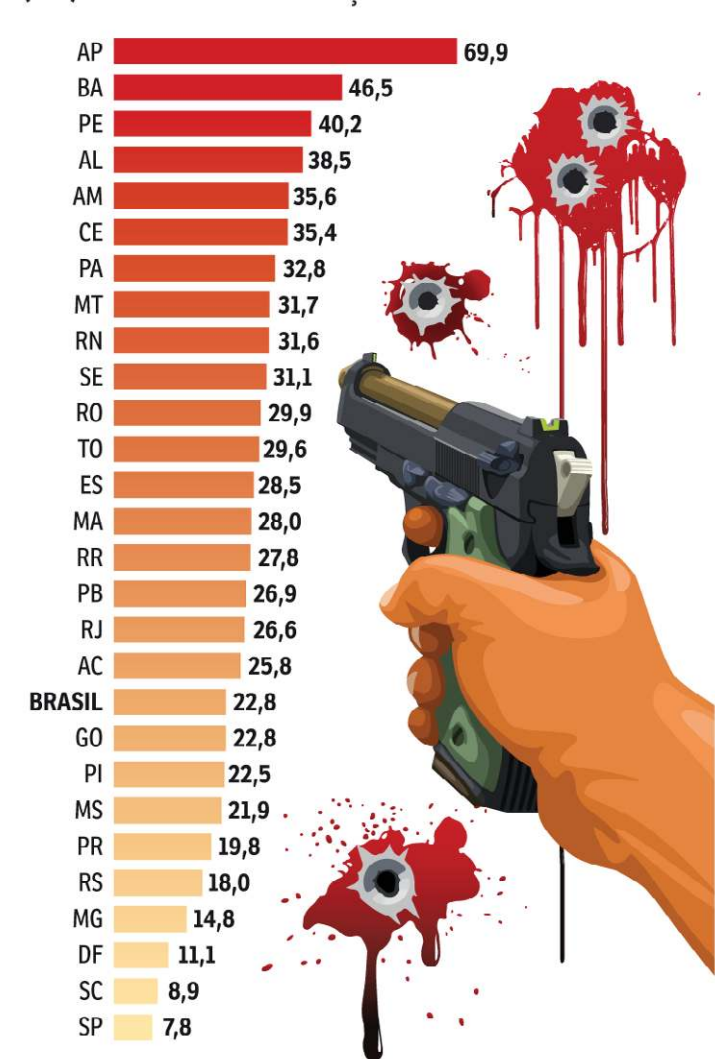
Segundo a pesquisa, o país possui uma taxa de 22,8 mortes intencionais para cada 100 mil habitantes, porém, estados como o Amapá — atualmente o mais violento — estão 206,5% acima disso, com uma taxa de 69,9.

O *Anuário* ressalta, ainda, que existem duas explicações principais para as MVIs no país: as disputas de mercado e pontos de vendas de drogas entre as organizações criminosas de base prisional e milícias que possuem o controle de territórios de forma “armada e violenta”. O material destaca o Estudo Global sobre Homicídios 2023, do Escritório das Nações Unidas sobre Drogas e Crime (UNODC, sigla em inglês), que mostrou que 50% dos homicídios nas Américas são motivados pelo crime organizado — a média mundial, de acordo com a pesquisa, é de 22%.

Para Renato, o país investe muito no patrulhamento ostensivo, nas polícias militares, mas “muito pouco” nas polícias civis e na investigação. “Esse desequilíbrio gera impunidade, e os poucos que são responsabilizados acabam, muitas vezes, sendo entregues ao crime organizado, uma vez que grandes lideranças estão misturadas com o crime comum.”

Taxa de mortes violentas intencionais

(MVI) por 100 mil habitantes

TAXA DE MORTES VIOLENTAS INTENCIONAIS
(MVI) POR UNIDADE DA FEDERAÇÃO

Fonte: Anuário Brasileiro da Segurança Pública 2024

Valdo Virgo/CB/D.A. Press

Metas da PEC

Na opinião de Guaracy Mingardi, ex-subsecretário Nacional de Segurança Pública e especialista em organizações criminosas, o governo atual adotou algumas medidas importantes, como empregar a Polícia Federal para investigar o crime organizado. Porém, ele defende medidas que teriam mais efeito prático, como a criação de uma polícia de fronteira.

“O FBI existe para investigar. Para a fronteira, tem outras polícias. No caso do Brasil, tem todo o processo legislativo de criar mais uma polícia. A União poderia bancar parte das polícias dos estados que têm fronteira, como Mato Grosso e Mato Grosso do Sul, Acre. Bancar para que elas mantenham um contingente maior nas fronteiras”, completa.

Segundo o especialista, porém, o governo federal tem responsabilidades limitadas, pois a segurança pública é competência do governo estadual, mas que o Executivo federal pode adotar na padronização de ações, aquisição de tecnologia, pessoal e de combate aos crimes interestaduais.

O diretor-presidente do Fórum Brasileiro de Segurança Pública, Renato Sérgio de Lima, por sua vez, defende que a proposta de emenda à Constituição (PEC) da Segurança, apresentada pelo ministro da Justiça e Segurança Pública, Ricardo Lewandowski, em nome do governo federal, possui um lado positivo que consegue mitigar e até anular as suas fragilidades e problemas.

Para Lima, o “grande mérito da PEC” é que ela toca em um assunto que “ninguém nunca quis enfrentar: o pacto federativo”. E explica que a proposta pensa a segurança como um sistema de políticas públicas que envolvem um conjunto de instituições que precisam estar articuladas e coordenadas a partir de métricas e parâmetros comuns. Segundo ele, a partir disso, poderia, de certa forma, balizar a ação no nível nacional e subnacional. (RS e IMC*)

***Estagiário sob a supervisão de Andreia Castro**

PO

NEWS

EDIÇÃO Nº 982 | ANO 50

Boletim informativo das
Organizações PaulOOctavio

5 DE JANEIRO DE 2025 | BRASÍLIA/DF

Informe Publicitário

PAULO OCTAVIO 50 ANOS

HISTÓRIAS DE GENTE, TRABALHO, EMPREGO, CONFIANÇA E PIONEIRISMO

Histórias PaulOOctavio chega aos 50 anos repleta de histórias para contar. São histórias de gente, trabalho, emprego, confiança, pioneirismo, ousadia, obras, cidadania, tudo que uma organização responsável e ética tem o dever de realizar.

Realizações Hoje são 753 empreendimentos realizados, mais de 6 milhões de m² construídos, 55 mil unidades residenciais e empresariais entregues e 18 mil empregos diretos e terceirizados.

Gratidão Por isso é com muito orgulho e gratidão que celebramos 50 anos. Orgulho por ter atravessado cinco décadas gerando emprego, renda e riqueza para Brasília. Gratidão a todos os trabalhadores, gerentes, engenheiros, arquitetos, fornecedores que tornaram possível tantas realizações.

www.paulooctavio.com.br

Brasília-DF



DENISE ROTHENBURG
deniserothenburg.df@dabr.com.br

Viva com um doze avos

Ninguém está com muita pressa para votar o Orçamento de 2025, principalmente, depois do bloqueio das emendas. A depender do mau humor dos deputados e senadores, a tendência é deixar para depois do carnaval.

Federação em curso

Ganhou corpo nos últimos dias a ideia de uma federação entre União Brasil, Republicanos e Progressistas. A avaliação de alguns dirigentes é a de que, com 153 deputados, essas legendas ficariam muito mais fortes para sobreviver em 2026 e conquistar espaços na Câmara ainda este ano.

Por aqui, tudo em paz

O Republicanos elegeu três deputados federais no Distrito Federal e todos convivem muito bem com a vice-governadora, Celina Leão, do PP, pré-candidata ao GDF. Eduardo Pedrosa, do União Brasil, já se apresentou como potencial candidato, mas Celina terá a preferência, uma vez que estará no cargo, pois Ibaneis Rocha tende a se desincompatibilizar para disputar o Senado.

Recesso fiscal

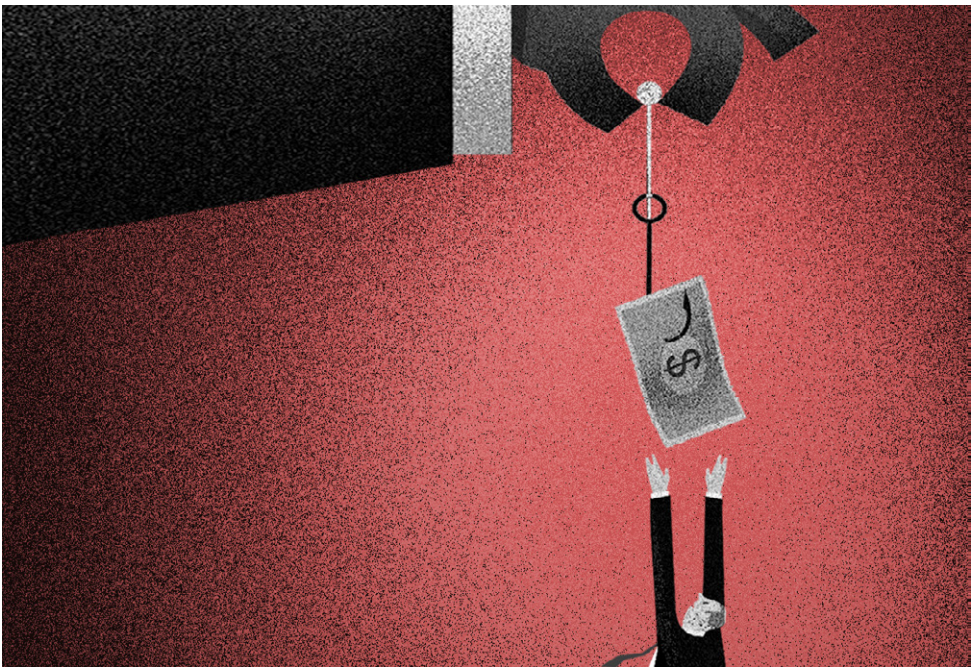
Os comandos militares estabeleceram meio expediente em Brasília nesse período de férias escolares. De segunda a quinta, o expediente é das 13h às 17h. E, na sexta-feira, de 8h ao meio-dia. A justificativa é economia de tudo, rancho, luz, material de consumo e lá vai.

Se for a votos, passa

O baixo clero e líderes de oposição estão fechados com o fim das emendas de comissão, proposta discutida nos bastidores pelos deputados e publicada em primeira mão pela coluna. Marcel Van Hatten (Novo-RS) é direto: “Entre o sistema de emendas de comissão sem transparência ou a divisão igualitária entre todos os deputados, senadores e bancadas, eu prefiro, obviamente, a divisão igualitária”, disse à coluna.

» »

Nesse caso, o governo que se prepare, porque não terá mais emendas de comissão a serem bloqueadas pelo Supremo Tribunal Federal, e os R\$ 4,2 bilhões retidos, que agora ajudam a reduzir o deficit fiscal, tendem a ir para as impositivas. Os deputados ainda não decidiram se irão aprovar a mudança logo para o Orçamento de 2025, ou para 2026, ano eleitoral.



CURTIDAS

Depois do 8 de janeiro.../ Relator da Reforma Tributária, o deputado Reginaldo Lopes (PT-MG) espera um grande ato no Palácio do Planalto em comemoração à histórica aprovação do texto. A ideia é que seja na segunda quinzena de janeiro, quando os deputados já estarão em Brasília, nas negociações em torno da Mesa Diretora da Câmara e do Senado.

Por falar em negociações.../ Governadores e prefeitos também devem baixar em Brasília para acompanhar de perto a tramitação do Orçamento da União deste ano, que ficou para ser votado neste novo período legislativo.

Simone e o bugre vermelho/ A senadora Simone Tebet já está de volta ao trabalho, depois da pausa para a virada do ano, em Jericoacoara (CE). Em suas redes sociais, fez questão de ressaltar o turismo brasileiro e a hospitalidade. A foto, sobre um bugre com a cor do PT, deixou muito político de orelha em pé.

Instagram/Reprodução



Torcida/ Primeiro domingo do ano e os brasileiros têm para o que torcer. O filme *Ainda estou aqui*, que levou mais de 3 milhões de brasileiros às salas de cinema, pode consagrar Fernanda Torres como a primeira brasileira a ganhar uma estatuetta do Globo de Ouro, hoje, no Beverly Hilton Hotel, em Los Angeles. A premiação começa a ser transmitida às 22h (hora de Brasília).

PODER

Mais turbulências à frente

A pressão do mercado por cortes de gastos, a alta da Selic e a perspectiva de aumento da inflação serão “pedra no sapato” do governo Lula

» VICTOR CORREIA
» ISRAEL MEDEIROS

Com o dólar em patamares altos e incertezas sobre a saúde das contas públicas, o governo do presidente Luiz Inácio Lula da Silva terá novamente na economia uma de suas principais preocupações. As pressões do mercado financeiro por cortes de gastos, o alto patamar da taxa básica de juros — a Selic está em 12,25%, com alta programada para 14,25% até março — e a perspectiva de aumento da inflação são alguns dos desafios que o governo precisará vencer neste ano se quiser cumprir a promessa de fazer de 2025 o “ano da colheita”, como prometido pelo petista. Lula afirmou no fim do ano passado que as medidas tomadas em sua administração atual começarão a dar resultados mais efetivos. “Lançamos todos os programas que tinham que ser lançados e tenho dito aos meus ministros: nós já plantamos. Agora, 2025 é o ano da colheita. Vamos começar a colher o que plantamos. É um compromisso de honra meu. As coisas vão acontecer nesse país”, declarou em entrevista ao *Fantástico*, da TV Globo.

Até o momento, o presidente conquistou avanços importantes em indicadores que afetam diretamente a população — e, consequentemente, sua aprovação. O desemprego atingiu o menor índice da série histórica no trimestre terminado em novembro, de 6,1%. A projeção do Banco Central para o crescimento do PIB em 2024 é de 3,5%, e a renda média e a massa salarial apresentam crescimento. Porém, como admitiu o próprio BC, a inflação vai estourar a meta estabelecida de 3%, com tolerância de um ponto percentual e meio para baixo ou para cima. A expectativa é que a taxa atinja 4,9% no Índice Nacional de Preços ao Consumidor

YouTube/Reprodução



Lula e Haddad ensaiaram tom conciliador entre governo e mercado no fim do ano em vídeo com o presidente do BC, Gabriel Galípolo

Ampla (IPCA) — o máximo permitido pela meta é 4,5%.

O governo enfrentou, no entanto, uma onda de pessimismo nos mercados no segundo semestre. Em parte pela vitória de Donald Trump nos Estados Unidos, com promessa de adotar políticas mais protecionistas — que, por consequência, podem sair caras ao Brasil — e, em parte, pela demora na definição, por conta do Executivo, do pacote de corte de gastos, que levou semanas para ser apresentado. No fim, as medidas de ajuste, anunciadas em cadeia de rádio e TV pelo ministro da Fazenda, Fernando Haddad, foram vistas como fracas por parte dos analistas do mercado.

Outra questão alimentou o pessimismo e a paranoia do mercado: junto com as medidas de cortes,

Haddad também anunciou a intenção do governo de cumprir a promessa de campanha de isentar de Imposto de Renda quem ganha até R\$ 5 mil por mês. Embora o ministro tenha deixado claro no anúncio que essa renúncia de arrecadação seria bancada pela taxa de quem recebe mais, diversos operadores do mercado financeiro reclamaram da falta de explicação sobre como a medida seria financiada.

Segundo Davi Lelis, da Valor Investimentos, o anúncio “desceu quadrado” porque o mercado entendeu que o governo estava tentando dourar a pílula dos cortes de gastos anunciando uma medida popular. Com isso, perdeu a chance de se posicionar enfaticamente a favor da responsabilidade fiscal. “Pareceu

que o governo estava fazendo patanque, quando deveria estar endereçando de maneira mais séria o compromisso com a responsabilidade fiscal”, pontua.

Essa medida não deverá sair do papel nos primeiros meses do ano, já que o Congresso tem outras prioridades, mas o assunto vai interferir na percepção do mercado das contas públicas, uma vez que o plano do governo é colocar a isenção em prática a partir de 2026. A ideia de compensar a renúncia de arrecadação com a taxa de quem ganha mais também causa preocupação no mercado.

“Não seria tão ruim se ele conseguisse compensar essa isenção fiscal com a taxa dos mais ricos. Mas no mundo, a gente já viu o que acontece quando a

gente tenta aumentar a taxa dos mais ricos, é muito difícil fazer isso sem ter uma fuga de capitais”, afirma Lelis. Para ele, o governo deveria tentar se aproximar dos agentes do mercado financeiro e evitar reverberar o discurso de aliados que acusam os investidores de “especular em cima da população”. “Quando o governo e o mercado andam juntos, a prosperidade se torna coletiva”, frisa.

Com a sensação de dúvida sobre a responsabilidade fiscal e a perspectiva de taxas maiores para quem ganha mais, a tendência é de que o dólar continue em patamares elevados em 2025. No fim de 2024, o cenário externo e a incerteza sobre o pacote de corte de gastos levou a moeda norte-americana ao seu maior patamar nominal na história.

Fechou o ano cotado a R\$ 6,18.

O dólar só ensaiou uma queda quando, em 11 de dezembro, piscou nos monitores de analistas de investimentos a notícia de que o já hospitalizado presidente Lula precisaria fazer uma nova cirurgia. Nesta data, a moeda norte-americana fechou abaixo dos R\$ 6 pela primeira vez desde 28 de novembro. **(Leia mais na página 7)**

A economista e professora da Fundação Getúlio Vargas (FGV) Carla Beni avalia que a sinalização geral não é boa, e que o governo terá dificuldade para avançar em sua agenda política — por exemplo, a expansão de programas sociais voltados à população de menor renda. Além disso, o mercado financeiro deve manter a pressão por mais cortes de gastos.

A redução no ritmo do crescimento real do salário mínimo, que ficou limitado a até 2,5% por ano, segundo Beni, também irá frear a recuperação do poder de compra nos próximos anos. Para Lula, o cenário que se desenha deve prejudicar sua plataforma de governo em um ano crucial. Historicamente, há um aumento no gasto público em anos pré-eleitorais, como 2025, e chegar ao ano da eleição com resultados robustos pode ser a diferença entre se reeleger ou deixar o cargo.

“O grande dilema é político, que já se viu forte neste ano que passou, mas deve se acirrar. Usando as palavras do presidente, é ‘colocar o pobre no Orçamento’. Quando se faz isso, você melhora a qualidade de vida dessa população. Mas a sinalização para o ano, com inflação de custo, retração da economia, com a Selic e a diminuição na correção do salário mínimo vai de encontro com a plataforma com a qual o presidente foi eleito”, enfatiza a economista. “A sinalização é de retirada do pobre do Orçamento”, acrescenta.



DENGUE:

UMA LUTA DE TODOS

FAÇA A SUA PARTE!
ELIMINE OS CRIADOUROS DO MOSQUITO
COM AS AÇÕES RECOMENDADAS:



EVITE ÁGUA PARADA



AMARRE BEM OS SACOS DE LIXO



LIMPE AS CALHAS



NÃO ACUMULE ENTULHOS



MANTENHA A CAIXA D'ÁGUA FECHADA



RECEBA OS AGENTES DE SAÚDE

LEMBRE-SE: USE REPELENTE E, EM CASO DE SINTOMAS, PROCURE ATENDIMENTO EM UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE (UBS).



LONGEVIDADE

Brasileira se torna a mais velha do mundo

A gaúcha Inah Canabarro Lucas tem 116 anos e assume o posto após a morte da japonesa Tomiko Itooka, de acordo com o site LongevityQuest. O primeiro lugar entre os homens também é de um brasileiro: João Marinho Neto tem 112

» FRANCISCO ARTUR DE LIMA
» FERNANDA STRICKLAND

Brasil passou a liderar como o país com as pessoas mais velhas do planeta, segundo o site da LongevityQuest, entidade de monitoramento e mapeamento de supercentenários pelo mundo. Inah Canabarro Lucas, de 116 anos, foi reconhecida como a mulher mais velha e João Marinho Neto, 112, como o homem mais velho. Os postos foram assumidos após as mortes da japonesa Tomiko Itooka (117 anos), em 29 de dezembro, e do britânico John Tinniswood (112), em 25 de novembro.

Natural de São Francisco de Assis, no Rio Grande do Sul, Inah Canabarro nasceu em 8 de junho de 1908. Freira, atualmente ela mora em um convento em Porto Alegre. Seis anos atrás, quando tinha 110 anos, a supercentenária desenvolveu problemas de mobilidade e teve de se locomover com o auxílio de um andador.

Nas vezes que foi questionada sobre sua longevidade, ela atribuiu à fé em Deus. O posto de “pessoa mais velha do mundo” foi concedido a Inah Canabarro pelo Grupo de Pesquisa Internacional em Gerontologia (Gerontology Research Group, em inglês). Até o final de dezembro do ano passado, a brasileira ocupava o segundo lugar.

Saúde

A diferença de idade de Inah para Tomiko Itooka é de apenas 16 dias, pois a japonesa nasceu em 23 de maio de 1908. As experiências de vida dos dois acumulam vivência em guerras mundiais, avanços tecnológicos e pandemias.

Na crise sanitária de covid-19, a brasileira foi uma das primeiras idosas a receber a vacina contra a doença, em 2021. No ano seguinte, Inah foi infectada enquanto estava hospitalizada, mas

Divulgação/LongeviQuest



Inah Canabarro Lucas vive em um convento de Porto Alegre. A gaúcha é considerada a pessoa mais velha do planeta

Reprodução/LongeviQuest



O cearense João Marinho Neto, 112 anos, é o primeiro homem mais velho em todo o mundo

conseguiu se recuperar, tornando-se uma das sobreviventes mais velhas da doença.

A gaúcha iniciou sua vida religiosa aos 16 anos no internato Santa Teresa de Jesus, em Santana do Livramento (RS). Em dezembro de 1928, ela se tornou freira na capital uruguaia, Montevidéu. Dois anos mais tarde, Inah retornou ao Brasil, estabelecendo-se no Rio de Janeiro e trabalhou como professora de português e matemática em uma escola na Tijuca.

Na década de 1940, voltou a Santana do Livramento e deu continuidade à carreira docente. Em 2018, ao completar 110 anos, Inah recebeu uma bênção apostólica do papa Francisco. O certificado enviado pelo pontífice

é um dos maiores orgulhos da freira. Ela mantém o documento em destaque na comunidade em que reside.

Segundo o LongeviQuest, a brasileira também é a vigésima mais velha nos registros históricos. No Brasil, Inah alcançou o posto em 2022, após a morte de Antonia da Santa Cruz, que tinha 116 anos. Depois, virou a mais idosa da América Latina e da América do Sul após o falecimento da colombiana Sofia Rojas, também em 2022.

Outro recorde que ela tem, é de ser a freira mais velha da história. Inah é superada apenas pela francesa Lucile Randon, conhecida como irmã André, que morreu aos 118 anos e 340 dias, em 2023. A brasileira também é a última pessoa viva nascida em 1908 e uma das três vivas nascidas na década de 1900.

Homem mais velho

João Marinho Neto, de 112 anos, foi oficializado como homem mais velho do mundo pelo Guinness World Records, o Livro dos Recordes, em 2024. Natural de Maranguape (CE), onde nasceu em família de agricultores, assumiu o posto após a morte do britânico John Tinniswood, que também tinha 112 anos. Nascido em 1912, ajudava o pai na lavoura desde os 4 anos, cuidando de gado e colhendo frutos em juazeiros.

Casou-se com Josefa Albano dos Santos (1920–1994), com quem teve quatro filhos: Antônio, José, Fátima e Vanda. Após a morte da primeira mulher, teve mais três filhos: Vinícius, Jarbas e Conceição, com Antonia Rodrigues Moura. João Marinho Neto viveu na Fazenda Massapê. Cultivava milho e feijão, além de criar gado e outros animais. Atualmente, ele tem seis filhos vivos, 22 netos, 15 bisnetos e três tataranetos.

VIOLÊNCIA

Indígenas são baleados no PR

Ao menos quatro indígenas do povo avá-guarani ficaram feridos após serem baleados na noite da sexta-feira. O ataque ocorreu em uma área que é alvo de disputa de terras e fica localizada entre Terra Roxa e Guaíra, zona oeste do Paraná. Uma criança estaria entre os alvejados.

As vítimas foram atendidas pela Secretaria Especial de Saúde Indígena (Sesai) e encaminhadas para uma Unidade de Pronto Atendimento (UPA), segundo o Ministério da Justiça e Segurança Pública (MJSP). Não há informações sobre o estado de saúde dos feridos.

Em nota, o ministério afirmou que agentes da Força Nacional deslocaram-se para apoiar a situação e que há equipes de prontidão para reforçar o patrulhamento e proteger a comunidade. O caso é investigado pela Polícia Federal, que afirmou que os disparos foram realizados por volta das 21 horas.

O alvo foi uma comunidade

indígena instalada nas proximidades do bairro Eletrosul, em Guaíra. “Forças de segurança pública federais, estaduais e municipais estiveram no local a fim de evitar a ocorrência de novos episódios de violência”, disse.

Na manhã de ontem, os peritos criminais federais realizaram perícia no local do conflito. Ninguém foi preso até o momento. A Articulação dos Povos Indígenas do Brasil (Apib), a Comissão Guarani Yvyrupa (CGY) e o Conselho Indigenista Missionário (Cimi), em nota publicada junto a outras entidades, afirmaram que os avá-guarani vêm sofrendo ataques na região de Guaíra pelo menos desde 29 de dezembro.

“Neste período, todas as noites, homens armados invadiram a comunidade Yvy Okaju (antigo Y’Hovy), na Terra Indígena (TI) Tekoha Guasu Guavirá, queimaram barracos, dispararam com pistolas, espingardas e rifles e lançaram bombas contra os indígenas, que estão aguardando

pela conclusão da demarcação de suas terras”, afirmaram.

Ao menos seis indígenas teriam sido feridos por disparos de armas de fogo ao longo desses últimos sete dias, incluindo uma criança de 4 anos, segundo a nota. As entidades disseram que tem havido queima de casas dos avá-guarani e da vegetação da região.

Em meio a essa situação, o MJSP determinou o aumento de 50% no efetivo da Força Nacional de Segurança Pública na área. “O reforço está em deslocamento e estará totalmente operacional ainda neste sábado”, afirmou a pasta.

Equipes da Guarda Municipal e da Fundação Nacional dos Povos Indígenas (Funai) também estiveram na unidade de pronto-atendimento para apoiar as ações de proteção e monitoramento.

O Ministério dos Povos Indígenas condenou os atos de violência contra o povo avá-guarani. “O MPI acompanha a situação junto aos indígenas por meio do

seu Departamento de Mediação e Conciliação de Conflitos Fundiários Indígenas e está em diálogo com o Ministério da Justiça e Segurança Pública para a investigação imediata dos grupos armados que atuam na região”, disse, em nota.

A pasta afirmou que os avá-guarani são impactados pela invasão de não indígenas em seu território desde a década de 1930, além de serem “gravemente afetados” pela construção da Usina Hidrelétrica de Itaipu, nos anos 1980.

“A Terra Indígena Tekoha Guasu Guavira teve seu Relatório Circunstanciado de Identificação e Delimitação (RCID) publicado em 2018. Contudo, sob gestão do governo anterior, uma portaria da presidência da Funai de 2020 o suspendeu, mas esse ato administrativo foi revogado em 2023 pela atual presidenta do órgão, Joenia Wapichana, de modo que o RCID segue válido”, concluiu. (Agência Estado)

Divulgação



Ataque deixou criança e adolescente feridos. PF investiga o caso



Bolsas Na sexta-feira	Pontuação B3 Ibovespa nos últimos dias	Dólar Na sexta-feira	Salário mínimo Últimos	Euro Comercial, venda na sexta-feira	CDI Ao ano	CDB Prefixado 30 dias (ao ano)	Inflação IPCA do IBGE (em %)
1,32% São Paulo	120.283 118.533 27/12 30/12 2/12 3/12	R\$ 6,18 (+ 0,30%)	23/dezembro 6,179 27/dezembro 6,193 30/dezembro 6,180 2/janeiro 6,162	R\$ 1.518	R\$ 6,36	12,15%	12,33%
							Julho/2024 0,38 Agosto/2024 - 0,02 Setembro/2024 0,44 Outubro/2024 0,53 Novembro/2024 0,39



Dólar provoca incertezas em 2025

Moeda norte-americana atingiu a maior cotação desde março de 2021. Em comparação, o real foi o mais desvalorizado

» RAPHAEL PATI

Após um momento de intensa volatilidade, está praticamente impossível a conclusão da previsão de especialistas para o movimento do dólar em 2025. No último dia de operações do ano passado, o valor do câmbio fechou em R\$ 6,18 — o que representa alta de 26% nos últimos 12 meses, além de ser a maior valorização anual desde 2020, ano em que o mercado global sofreu com os efeitos da pandemia de covid-19. Apesar de ter sido um ano no qual a maior parte das divisas internacionais sofreram depreciação em relação ao dólar, o real foi uma das moedas que registraram a maior desvalorização ao longo de 2024. Em apenas um mês, os agentes do mercado aumentaram a projeção do câmbio para o ano que vem, de US\$ 5,60 para US\$ 5,96, segundo o último Boletim Focus de 2024, divulgado pelo Banco Central.

Em levantamento realizado pela Elos Ayta Consultoria, a moeda brasileira teve o pior desempenho nesse período em relação à taxa de referência do dólar no mercado nacional, também chamado Dólar Ptax, na comparação com outras 26 moedas, com queda de 21,82% no valor final. Na venda de dólar comercial, o real registrou desvalorização de 19,15%, e só ficou acima do peso argentino e do rublo russo.

O Índice DXY, que mede a força do dólar ante seis grandes divisas do mundo, avançou 7,06% no ano passado e registrou a maior valorização anual desde 2015. No último trimestre, a moeda avançou 7,65% e atingiu em 31 de dezembro o patamar de 108.487 pontos.

O aumento do valor do dólar no último quarto do ano está diretamente associado à eleição do republicano Donald Trump, que defende uma moeda mais forte e registrou dados econômicos favoráveis em seu primeiro mandato à frente da Casa Branca, entre 2016 e 2020. Também pesou na balança a postura do Federal Reserve (Fed) — o Banco Central dos EUA — de indicar um ritmo mais lento na queda da taxa de juros no país, o que fortalece o dólar ante divisas emergentes, como o real.

O cenário interno também jogou contra o real no fim do ano. Com a deterioração das expectativas de inflação e da taxa de juros, o câmbio sentiu o peso da insatisfação do mercado com a condução da política fiscal em 2024. Após a eleição de Trump no início de novembro, a expectativa de um pacote de corte de gastos robusto cresceu entre os agentes do mercado. Apesar disso, as medidas anunciadas pelo governo no final do mês frustraram as expectativas do mercado.

Entre os pontos mais

criticados estão a isenção de Imposto de Renda (IR) para pessoas físicas que recebem até R\$ 5 mil. A medida era promessa de campanha do presidente Luiz Inácio Lula da Silva, que solicitou à equipe econômica que estudasse alternativas para colocá-la em prática. Com a desidratação do pacote no Congresso Nacional, a estimativa de economia pelo Ministério da Fazenda para este ano e o próximo caiu de R\$ 71,9 bilhões para R\$ 69,8 bilhões. O mercado prevê uma redução de gastos ainda menor para os próximos dois anos. A nível de exemplo, a XP projeta uma economia de apenas R\$ 44,3 bilhões.

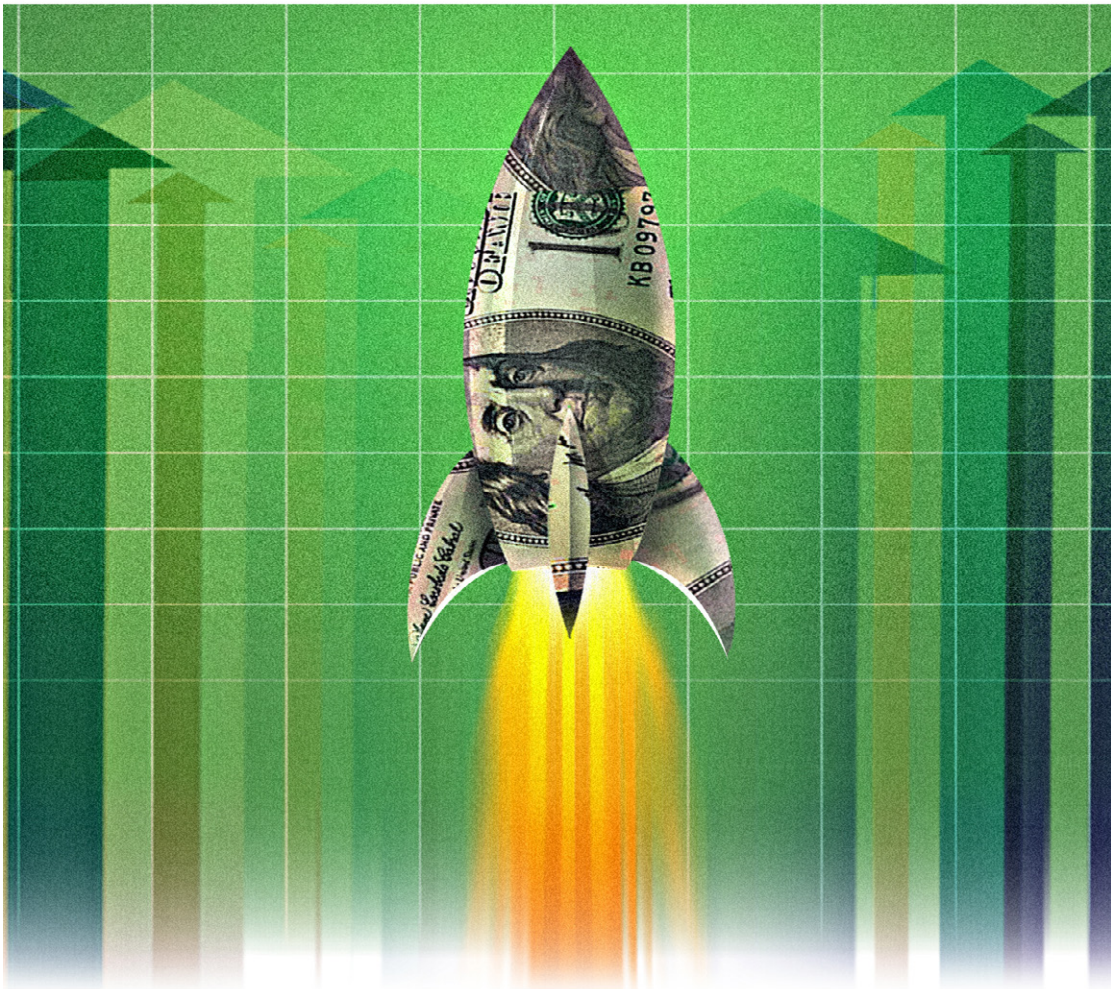
O ministro da Fazenda, Fernando Haddad, rebateu as críticas sobre o aumento do dólar no país. Segundo o chefe da pasta, o avanço da divisa norte-americana foi “forte no mundo todo”. “O câmbio não é fixo no Brasil. O dólar este ano de 2024 termina muito forte no mundo todo. Mas eu penso que as intervenções do Banco Central foram corretas”, disse a jornalistas.

Cenário fiscal

O real foi a sexta moeda que mais se desvalorizou em todo o mundo no ano passado. A divisa brasileira foi a que mais perdeu valor entre todos os países do G20 (grupo formado pelas 19 maiores economias do mundo, União Europeia e União Africana), no mesmo ano em que o Brasil sediou a reunião do bloco, no Rio de Janeiro. Na avaliação do sócio e economista da G2W Investimentos Ciro Almeida, a situação fiscal no Brasil é o que mais tem pesado como principal fator para a desvalorização do real.

“O governo não tem demonstrado interesse em ter um equilíbrio fiscal. Existe uma política fiscal muito expansionista, o que acaba gerando mais inflação, mais risco, e mais risco aumenta os juros, como a gente tem visto a alta dos juros futuros nesses últimos dias, com todos os DIs (Depósito Interfinanceiro) futuros já em 15%. Então, a situação fiscal acaba trazendo um risco para a saúde, para a confiança e para a credibilidade do Brasil. Por conta disso, o investidor estrangeiro também prefere retirar dólares daqui e investir em mercados mais seguros”, avalia o especialista.

Em dezembro, após o dólar bater o valor recorde de R\$ 6,28 no fechamento, o Banco Central promoveu uma série de intervenções com o objetivo de frear a valorização da divisa norte-americana no país. Por meio de leilões à vista — quando a autoridade monetária vende quantias de sua própria reserva —, swap cambial — que, em resumo, é a comercialização da moeda no mercado futuro — e outros métodos conhecidos, o BC conseguiu



Para onde vai o dólar?

Moeda norte-americana disparou neste ano e para 2025 as perspectivas também não são muito positivas. Incertezas no cenário fiscal e contexto externo ajudam a explicar valorização repentina do câmbio.

Escalada do dólar (janeiro a dezembro)	
15/jan	R\$ 4,86
15/fev	R\$ 4,96
15/mar	R\$ 4,99
15/abr	R\$ 5,18
15/mai	R\$ 5,13
15/jun	R\$ 5,37
15/jul	R\$ 5,42
15/ago	R\$ 5,47
15/set	R\$ 5,50
15/out	R\$ 5,66
15/nov	R\$ 5,79
17/dez	R\$ 6,28

29,4% – Valorização do dólar ante o real no ano até 17 de dezembro, quando atingiu recorde

5,19% – Valorização do dólar ante o real em dezembro até o dia 17

Valorização das moedas do mundo em 2024 com relação ao dólar americano

País	Moeda	Valorização 2024 (%)
Brasil	Real (Dólar PTAX)	-21,82
Argentina	'Peso Argentino'	-21,70
Rússia	'Rublo Russo	-19,23
Brasil	Real (Dólar comercial)	-19,15
México	Peso Mexicano	-17,51
Turquia	Lira Turca	-16,47
Colômbia	Peso Colombiano	-13,17
Coreia do Sul	Won	-12,00
Chile	Peso Chileno	-10,84
Noruega	Coroa Norueguesa	-10,15
Japão	Iene	-10,05
Austrália	Dólar Australiano	-8,70
Suécia	Coroa Sueca	-8,43
Canadá	Dólar Canadense	-7,64
Suíça	Franco Suíço	-6,67
Taiwan	Dólar Taiwanês	-6,23
Dinamarca	Coroa Dinamarquesa	-5,86
Zona do Euro	Euro	-5,21
Indonésia	Rúpia Indonésia	-4,93
Filipinas	Peso Filipino	-4,25
China	Yuan	-3,01
África do Sul	Rand Sul-africano	-2,66
Índia	Rúpia Indiana	-2,59
Israel	Novo Shekel Israelense	-1,37
Inglaterra	Libra Esterlina	-1,35
Peru	Sol	-0,67
Arábia Saudita	Rial Saudita	-0,18
Hong Kong	Dólar de Hong Kong	0,51

Fonte: Elos Ayta Consultoria

promover quedas pontuais na taxa de câmbio, mas não obteve sucesso em reduzir o valor da moeda norte-americana para abaixo de R\$ 6.

“O efeito (das intervenções) é pontual, durante o período do leilão. Depois disso, o dólar volta

a subir, porque a credibilidade hoje está bem sensível. Não existe hoje uma confiança de que o governo vai, de fato, ter uma preocupação fiscal”, avalia Almeida.

Além das intervenções pontuais, o Comitê de Política Monetária do BC promoveu uma

elevação histórica na taxa de juros na última reunião presidida por Roberto Campos Neto, aumentando em um ponto percentual a Selic em apenas uma reunião, a 12,25% ao ano. Como se não bastasse isso, ainda sinalizou em comunicado divulgado

logo após a decisão que deve haver dois novos aumentos da mesma taxa nas primeiras duas reuniões deste ano.

Especialistas divergem sobre o patamar que a moeda deve se estabelecer neste ano. Para o professor de economia da Universidade de Brasília (UnB) César Bergo, o dólar deve permanecer próximo a R\$ 6 nos próximos meses, se não houver nenhuma grande intercorrência na conjuntura macro. O economista avalia que as transações comerciais podem jogar a favor do Brasil neste ano, com uma expectativa de aumento do valor obtido com as exportações.

“Provavelmente, ele deve voltar um pouco abaixo desses R\$ 6, ficando por volta de R\$ 5,80, R\$ 5,70, porque o Brasil tem reservas da ordem de US\$ 372 bilhões, ele tem uma balança comercial muito forte que produz superávits em torno de US\$ 80 bilhões, estão previstos, inclusive, US\$ 95 bilhões para o próximo ano”, ressalta.

Economia

O dólar acima de R\$ 6 deve gerar um aumento da inflação a curto prazo em determinados produtos, como explica o economista-chefe da RC Consultores, Marcel Caparoz. “Você vai ter impacto, por exemplo, no preço do petróleo em real. Porque você tem a cotação em dólares e, agora, em real fica mais caro. Então, aos poucos, isso vai sendo repassado no preço final para o consumidor”, avalia.

Também devem sentir o peso de um dólar mais forte, os produtos eletroeletrônicos, os remédios e cosméticos, além das passagens aéreas, impulsionado por um aumento no preço da Querosene de Aviação (QAV).

O superintendente de Economia da Confederação Nacional da Indústria (CNI), Mário Sérgio Telles, afirma que, na avaliação da entidade, o dólar acima de R\$ 6 não deve ser o novo patamar da taxa de câmbio. A projeção da CNI para dezembro de 2025 é de um câmbio em torno de R\$ 5,60. “Com a aprovação do pacote fiscal, nós entendemos que essas preocupações fiscais vão se reduzir e, com isso, o dólar vai entrar em um processo de desvalorização ante o real e esse nível acima de R\$ 6 não deve se manter”, diz.

Mesmo com os juros em alta e diante do cenário recente de desvalorização cambial, a CNI acredita em um avanço do crescimento econômico neste ano, com crescimento do PIB de 2,4% em relação a 2024. Segundo o representante da entidade, isso deve acontecer porque, apesar da alta dos juros, com o aumento da ocupação no mercado de trabalho. A confederação projeta um crescimento de 3,3% da massa de crescimento real neste ano.

TRIBUTAÇÃO

Ano de mudanças no Simples

Novas regras exigirão que empreendedores que fazem parte do regime se preparem para evitar perda de competitividade

» RAFAELA GONÇALVES

Com a aprovação da regulamentação da Reforma Tributária, 2025 será marcado como um ano de preparação estratégica para as empresas enquadradas no Simples Nacional — regime simplificado de pagamento de tributos. Embora não sofra mudanças diretas, as alterações podem transformar a dinâmica de impostos para as companhias brasileiras e merecem atenção especial.

A lei permite que contribuintes da tributação do Simples, com faturamento anual de até R\$ 4,8 milhões, ou Microempreendedores Individuais (MEIs), optem por continuar no modelo antigo ou recolher a Contribuição sobre Bens e Serviços (CBS) e o Imposto sobre Bens e Serviços (IBS), tributos introduzidos pelo novo regime.

No entanto, existe uma preocupação sobre o impacto das novas regras sobre as micro e pequenas empresas, que podem perder competitividade com as mudanças que estão por vir. Isso acontecerá porque essa categoria de empresas deixará de gerar créditos tributários.

Especialistas alertam que o ano de 2025 será fundamental para ajustes internos, avaliação de regimes tributários e reconfiguração de contratos. Há um receio sobre o impacto das novas regras sobre as micro e pequenas empresas que podem perder competitividade com as mudanças que estão por vir, de deixar de gerar créditos.

Para o advogado tributarista Thulio Carvalho, mestre em direito pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP), as empresas do Simples enfrentarão novos desafios no cenário competitivo por essa questão. “Com a introdução de tributos como o IBS e a CBS, o crédito tributário no Simples será limitado, o que pode tornar menos atrativa a negociação com empresas

de regimes tradicionais, que terão créditos mais vantajosos,” observa Carvalho.

Atualmente, o sistema tributário desse segmento permite a geração de créditos tributários para quem revende produtos fabricados por microempresas. Isso significa que se uma pequena empresa paga, supostamente, 10% de impostos, gera ao comprador de seus produtos 10% de créditos tributários, que são usados para abater os valores devidos ao governo federal.

Segundo a Receita, o Simples Nacional tem mais de 23 milhões de inscritos. A recomendação é que as empresas que estão atualmente nesta categoria, que comercializam produtos ou prestam serviços a outras empresas, fiquem de olho em três pontos específicos: a não cumulatividade plena, a baixa oferta de créditos e o possível aumento de carga tributária caso opte recolher os novos tributos à parte ou migre para o regime normal de tributação.

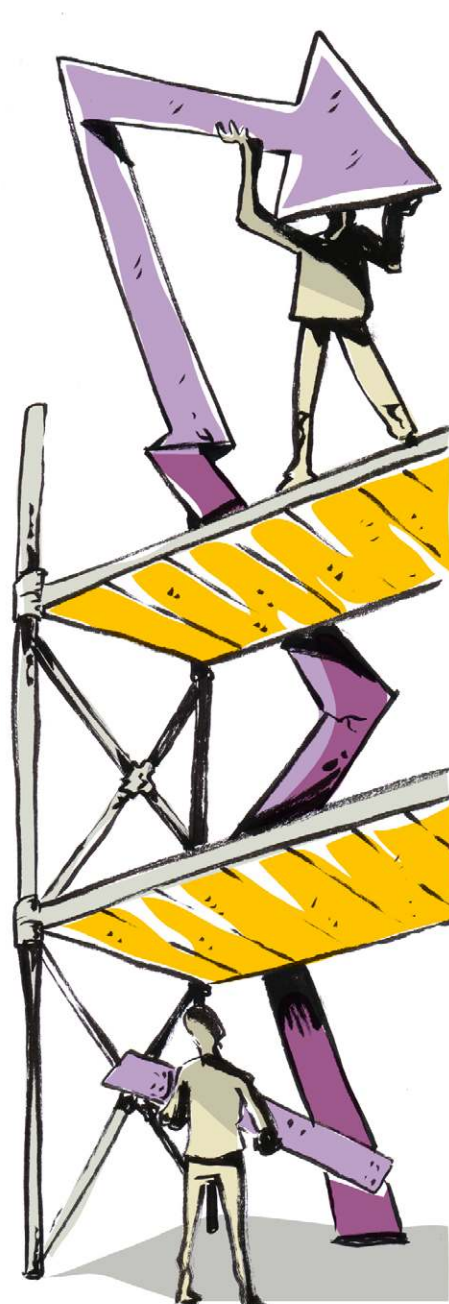
Adaptações

Além disso, a simplificação tributária — característica central do Simples Nacional — pode ser impactada pela possibilidade de recolhimento do IVA Dual (IBS e CBS) fora do regime, prevista para 2027.

“Isso desafia a lógica de praticidade do Simples, exigindo adaptações operacionais para manter a competitividade das empresas,” explica o tributarista Guilherme Di Ferreira, e responsável pela área no Lara Martins Advogados.

Apesar dos desafios, há avanços importantes no horizonte. Di Ferreira destaca a atualização das faixas de faturamento como um movimento positivo, alinhado às realidades econômicas atuais. “Esses ajustes trazem mais fôlego às empresas e permitem maior margem para crescimento,” afirma.

Outras mudanças incluem a



Entenda

Novo cenário tributário traz desafios para empresas de pequeno porte

O QUE É O SIMPLES NACIONAL?

O Simples (Sistema Integrado de Pagamento de Impostos e Contribuições das Microempresas e das Empresas de pequeno Porte) é um sistema tributário simplificado, cujo objetivo é facilitar e desburocratizar a carga tributária das microempresas e empresas de pequeno porte, além dos microempreendedores individuais (MEI).

COMO FUNCIONA?

O modelo de tributação funciona como um unificador do pagamento de até oito impostos federais, estaduais e municipais em uma única guia, com alíquotas reduzidas e variáveis conforme o faturamento da empresa. As alíquotas do Simples variam conforme o faturamento da empresa e o setor de atividade.

O QUE MUDA COM A REFORMA TRIBUTÁRIA?

Pelas novas regras da reforma tributária, aprovadas no Congresso em dezembro, contribuintes optantes pelo Simples poderão escolher apurar e recolher a Contribuição sobre Bens e Serviços (CBS) e o Imposto sobre Bens e Serviços (IBS) — os dois tributos introduzidos pelo novo sistema —, ou permanecer no regime antigo do Simples a partir de 2026.

No ano que vem, começa o período de transição em que diversos impostos irão coexistir e o novo Imposto Sobre Valor Agregado (IVA) valerá plenamente em 2033.

COMO FICARÃO OS CRÉDITOS TRIBUTÁRIOS?

Antes, as empresas do Simples Nacional geravam crédito do Programa de Integração Social (PIS) e da Contribuição para o Financiamento da Seguridade Social (Cofins) acima do valor realmente pago. Com a reforma tributária, esse benefício desaparecerá, especialmente após a implementação total em 2033.

Fonte: Advogados tributaristas.



Com a introdução de tributos como o IBS e a CBS, o crédito tributário no Simples será limitado, o que pode tornar menos atrativa a negociação com empresas de regimes tradicionais, que terão créditos mais vantajosos"

Thulio Carvalho,
advogado tributarista

Prazo para adesão

As pequenas e microempresas que quiserem aderir ao Simples neste ano têm até o dia 31 de janeiro para pedir o ingresso. Nesse mesmo dia, termina o prazo para aqueles que forem excluídos do Simples reingressarem no sistema. A expectativa da Receita é que 1,2 milhão de contribuintes regularizem a situação no prazo.

O processo é todo feito pela internet, no portal Simples Nacional, da Receita Federal. As empresas que já aderiram ao programa não precisam fazer nova solicitação porque a renovação é automática.

No caso do reingresso, vale para cerca de 1,5 milhão de contribuintes que receberam o Termo de Exclusão, enviado entre 30 de setembro e 4 de outubro, mas não regularizaram os débitos. Para entrar ou voltar para o Simples, é preciso que o CNPJ esteja regular. Para isso, é preciso renegociar as dívidas. Quem regularizou, permanece no regime automaticamente. Em caso de dúvida, basta acessar a “consulta optantes” no site da Receita para saber se foi excluído ou não.

AGRONEGÓCIO

Venda de milho por meio do ProVB cresce 70%

As vendas de milho para pequenos criadores, por meio do Programa de Venda em Balcão (ProVB), da Companhia Nacional de Abastecimento (Conab), alcançaram 111,9 mil de toneladas em 2024, o que corresponde a um aumento de 70% em comparação com o ano anterior (65,9 mil toneladas).

Segundo a Conab, foi o melhor resultado dos últimos quatro anos. O crescimento nas vendas se deu principalmente pelo aumento no número de clientes do Programa. No ano passado, foram atendidos pelo ProVB 11.886 criadores, um aumento de aproximadamente 50% em relação ao ano anterior.

O diretor de Operações e Abastecimento da Conab, Arnaldo de Campos, disse em comunicado que “o ProVB fornece alimentação animal para pequenos criadores da agricultura familiar inseridos nas cadeias de produção de carnes, leite e ovos. Para alcançar esses resultados, buscamos nos aproximar mais dos criadores, realizando do parcerias com os municípios para ampliar os pontos de venda e facilitar o acesso”.

Entre os estados, destaque

para o crescimento de vendas no Piauí, saindo de 9,85 mil toneladas em 2023 para 19,46 mil toneladas em 2024, uma alta de 98%. Com esse resultado, o estado nordestino registrou o maior volume comercializado no último ano, passando o Ceará.

Expectativa

Para este ano, a tendência é que os atendimentos continuem crescendo. A expectativa da Companhia é que sejam comercializadas 131,4 mil toneladas de milho. Se confirmado o resultado, o crescimento será de 17%.

Na semana passada, foi publicada a Portaria Interministerial Mapa/MF/MDA nº 21/2024, que estabelece os limites orçamentários para a comercialização do cereal por meio da Conab, que permite a retomada das vendas do produto pela estatal. O documento autoriza a Conab a comprar até 50 mil toneladas do grão, por meio de leilão público, para atender o Programa, e estipula o limite de até R\$ 144,2 milhões para a equalização de preços na venda do milho, nas operações do ProVB. (Agência Estado)

Minervino Júnior/CB/D.A.Press



Expectativa da Conab é que sejam comercializadas 131,4 mil toneladas de milho. Se confirmado o resultado, o crescimento será de 17%

MOVIMENTAÇÃO

Monitoramento de dados de operadoras de cartões

A Receita Federal passou a receber no dia 1º informações das operadoras de cartões de crédito e instituições de pagamento. A medida foi publicada no

Diário Oficial em setembro, visando combater a evasão fiscal. Os dados deverão ser apresentados quando o montante movimentado no mês superar R\$ 5

mil para pessoas físicas e R\$ 15 mil para jurídicas. Antes os valores eram menores.

O envio será semestral via sistema eletrônico da Receita, o e-Financeira, parte do Sistema Público de Escrituração Digital (Sped). Deverão ser repassados dados sobre cadastro, abertura, fechamento, operações financeiras (incluindo Pix

e previdência privada. As informações referentes ao primeiro semestre devem ser apresentadas até o fim de agosto. Para a segunda metade do ano, até fevereiro do ano seguinte.

A mudança estendeu as responsabilidades de divulgação de dados sobre contas pós-pagamento e contas em moeda eletrônica às instituições incluídas.

O e-Financeira já recebia esses dados de instituições financeiras tradicionais, como bancos e cooperativas de crédito. O sistema também passará a incorporar dados da Declaração de Operações com Cartão de Crédito (Decred), que foi descontinuado com a chegada de 2025.

Serão consideradas instituições de pagamento as empresas

que, com autorização do Banco Central, fornecem serviços financeiros relacionados a pagamentos, como transferências, recebimentos e emissão de cartões. Ficam incluídas lojas de departamento, por exemplo, que têm braços voltados ao crédito, mas que não oferecem empréstimos. (AE e Agência Brasil)



Aponte a câmera do celular para o QR Code e assista ao momento em que Edmundo González e Javier Milei são ovacionados pela multidão, a partir da varanda da Casa Rosada, em Buenos Aires



Veja o depoimento exclusivo de Mariangel Navas, venezuelana exilada em Buenos Aires, sobre o encontro com González na Plaza de Mayo

Editora: Ana Paula Macedo
anapaula.df@dabr.com.br
3214-1195 • 3214-1172



VENEZUELA

Edmundo González começa giro regional com visita à Argentina, onde recebe apoio incondicional do presidente Milei e é saudado por milhares de venezuelanos. Opositor pretende tomar posse, em Caracas, na sexta-feira. Hoje, ele será recebido por Joe Biden



A Argentina não será cúmplice do silêncio frente às injustiças e aos atropelos do regime de Nicolás Maduro"

Javier Milei, presidente da Argentina

Luis Robayo/AFP



Eu irei à Venezuela tomar posse do mandato que os venezuelanos me deram com mais de 7 milhões de votos"

Edmundo González Urrutia, líder opositor da Venezuela

A cartada final

» RODRIGO CRAVEIRO

Advogada Mariangel Navas Centeno, 29 anos, não conteve as lágrimas por duas vezes, na manhã de ontem: quando abraçou o líder opositor Edmundo González Urrutia, autoproclamado presidente eleito da Venezuela, e no momento em que ele apareceu na varanda da Casa Rosada para saudar a multidão. “Fiquei muito emocionada. O que ocorreu, hoje, em Buenos Aires, deve se repetir na América Latina. Edmundo González é o presidente eleito de todos os venezuelanos. Isso precisa repercutir nos países democráticos e livres do mundo”, afirmou ao **Correio**. Assim como ela, milhares de venezuelanos tomaram boa parte da Plaza de Mayo, o coração do poder na Argentina, para acompanhar a reunião entre González e o presidente Javier Milei.

O anfitrião garantiu que “a Argentina não será cúmplice do silêncio frente às injustiças e aos atropelos do regime de Nicolás Maduro”. “Nossa postura é clara: liberdade, justiça e democracia para todos os venezuelanos”, declarou o ultralibertário.

Milei advertiu que, “em algum momento, Maduro terá que cair, pelo desastre que tem causado”. O argentino avisou que está disposto a prestar “assistência técnica” a Edmundo González, ao citar a próxima sexta-feira, data prevista para a posse presidencial na Venezuela. Também não descartou a concessão de asilo ao venezuelano. “Estamos fazendo o que a causa da liberdade requer, nem mais nem menos”, explicou Milei. A visita marca o início de uma semana decisiva para a oposição na Venezuela: na próxima sexta-feira, Maduro

Gabriel Bastidas/Monitoreamos



Venezuelanos reunidos em frente à Casa Rosada: “Libertad! Libertad!”

prometeu tomar posse para um novo mandato ante a Assembleia Nacional, de maioria chavista. Na quinta-feira, o Palácio de Miraflores anunciou uma recompensa de US\$ 100 mil por informações que levem à prisão de Edmundo.

“Eu irei à Venezuela tomar posse do mandato que os venezuelanos me deram com mais de 7 milhões de votos”, assegurou o opositor. “Por motivos óbvios, não darei mais detalhes.” Depois da visita a Buenos Aires, Edmundo González foi recebido, em Montevideu, pelo presidente do Uruguai, Luis Alberto Lacalle Pou. Hoje, ele viajará para Washington, onde se reunirá com o presidente dos Estados Unidos,

Joe Biden. Na quarta-feira, visitará o Panamá e, no dia seguinte, a República Dominicana. Após a reunião com Lacalle Pou, Edmundo disse que o líder uruguaio deu declarações “muito importantes”, que são cruciais para o desdobramento político da campanha eleitoral.

Nostalgia

“Libertad! Libertad!” (“Libertad! Libertad!”), o grito irrompeu na Plaza de Mayo, em Buenos Aires, assim que González e Milei surgiram na varanda, às 11h40. “Não temos medo! Venezuela!”, bradava a multidão. O advogado venezuelano Helis

Eu estava lá

Fotos: Arquivo pessoal



Mariangel Navas Centeno, 26 anos, advogada, nascida em Valencia (estado de Carabobo). Mora na Argentina há seis anos



Maxroberth Graterol, 24 anos, ativista dos direitos humanos, nascido em San Felipe (Yaracuy). Vive na Argentina há sete anos



Liset Luque, 37 anos, especialista em comunicação, nascida em Caracas. Mora há seis anos na Argentina

“Eu fui às lágrimas ao ver o nosso presidente eleito nos últimos esforços para conseguir a liberdade em nossa Venezuela. Estou muito emocionada e comovida por fazer parte dessa luta histórica, que começou em 28 de julho. Tive a oportunidade de abraçar-lhe. É justíssimo o que ele tem feito pelo nosso povo.”

“Foi indescritível o que vivemos, é uma mistura de felicidade e nostalgia por todos os esforços que temos feito durante anos. Sentimos uma mudança definitiva, ao vermos o presidente eleito, Edmundo González, sair à varanda da Casa Rosada. Imaginamos que ele fará o mesmo em Caracas, quando for empossado como o presidente com maior respaldo da história da Venezuela.”

“Podemos nos conectar com nosso país e com a esperança de mudança e de liberdade. Desejamos que elas cheguem em breve à Venezuela. Até a próxima sexta-feira, teremos uma batalha diária. Nosso país vive a maior crise política, econômica, social e humanitária em duas décadas. Mais de 8 milhões de pessoas foram forçadas a deixar a Venezuela, seus sonhos e suas famílias.”

Manuel Urbina Vera, 35 anos, trocou a cidade de Caucagua, no estado de Miranda, por Buenos Aires, em 2017. Depois de receber González, diante da Casa Rosada, ele contou ao **Correio** que sentiu muita nostalgia, ao ver compatriotas que compartilham a mesma realidade e o mesmo sonho de voltarem para a Venezuela. “Sonhamos em ver um país com liberdade, em podermos sair às ruas, sem medo”, disse.

Para Vera, a visita do opositor tem extrema relevância. “Ela ocorre no momento em que o gendarme (policial) argentino Nahuel Gallo é mantido como preso político em Caracas. A presença de González

pode ajudar a resolver a questão do grupo de exilados na Embaixada da Argentina na Venezuela”, acrescentou. Vice-presidente da associação civil Alianza por Venezuela e exilado há 10 anos em Buenos Aires, o sociólogo Charbel Njam, 32, reconhece “um momento extraordinário”. “Foi um dia histórico, no qual o presidente eleito iniciou sua agenda regional por diferentes países da América, como Argentina, Uruguai, Estados Unidos, Panamá e República Dominicana. Ele pretende conseguir sua posse como líder eleito com mais de 70% dos votos”, disse à reportagem.

Morador de Caracas, o cientista político Enderson Sequera vê o tour

de González como determinante para o futuro da Venezuela. “Se ele conseguir mobilizar a comunidade internacional, aumentarão as possibilidades de uma transição rumo à democracia no país. Se Maduro tomar posse em 10 de janeiro, cerca de 10 milhões de venezuelanos também poderão abandonar o país”, alertou. O também cientista político Jesús Castellano Vásquez classifica a viagem como estratégica. “González quer mostrar, com fatos concretos, o apoio internacional dos governos da região, além de exibir a mobilização dos venezuelanos no exílio como parte do músculo de adesões e da demonstração de legitimidade”, explicou.

ESTADOS UNIDOS

O início do adeus a Jimmy Carter

A cidade de Plains, de pouco mais de 700 habitantes, no estado da Geórgia, começou a se despedir do filho mais ilustre. Fotos de Jimmy Carter estampavam vitrines; um cordão humano foi formado à beira da estrada para acompanhar o cortejo fúnebre; e agentes do Serviço Secreto incumbidos de proteger o homem que governou os Estados Unidos entre 1977 e 1981 fizeram as honras de carregar o caixão. Carter morreu em 29 de dezembro, aos 100 anos.

O funeral do ex-presidente terá duração de seis dias. Na quinta-feira, o corpo de Carter será

levado para o velório sob a Rotunda do Capitólio, em Washington. Na capital dos Estados Unidos, também haverá missa de corpo presente na Catedral Nacional. Ao fim do dia, ele retornará para Plains, onde será sepultado em uma cerimônia restrita aos familiares.

Neto de Jimmy Carter, Hugo Wentzel, 25 anos, relatou ao **Correio** que a Plains foi tomada por uma “enorme abundância de amor”. “Neste momento, estou com a minha família, dentro de um ônibus, descendo a rua. Vejo inúmeras bandeiras americanas e placas, além de pessoas

com as mãos levantadas”, disse ele, às 13h30 de ontem (15h30 em Brasília). “A cidade de Plains e as áreas ao redor têm tanto amor pelo meu avô, que o seu nome está em quase todos os prédios, seja fazendo referência a ele ou prestando-lhe um tributo. As pessoas daqui são as melhores”, acrescentou.

Hugo Wentzel acredita que o avô será lembrado como um homem de família e como alguém que sempre representou o povo norte-americano. “Ele foi um fazendeiro altruísta e um presidente altruísta, também!”, disse o neto de Carter. (Rodrigo Craveiro)

Joe Raedle/Getty Images/AFP



Moradores de Plains veem o cortejo com o corpo do ex-presidente

Eu acho...

“Meu avô nasceu em Plains e amava sua cidade. O povo daqui e a sua igreja deram a ele o primeiro apoio em sua jornada até Washington D.C. como presidente. Agora, eles fornecem apoio para a primeira etapa de seu funeral, enquanto ele viaja para Washington, novamente, para ser velado. Depois disso, ele retornará para casa, de forma permanente, para a cidade que amava.”



Arquivo pessoal

Hugo Wentzel, 25 anos, engenheiro elétrico, um dos 11 netos de Jimmy Carter

VISÃO DO CORREIO

Nova temporada da dengue requer atenção

O saber científico acumulado indica que as grandes epidemias de dengue são espaçadas, dão-se em ciclos separados por dois a cinco anos. Esses mesmos estudiosos alertam para a importância de considerar as excepcionalidades. Os vírus surpreendem. E os humanos, também. Ao que parece, o Brasil começa 2025 imerso em um cenário que foge à normalidade sanitária. Mal saiu de uma das maiores crises de dengue da história, o país acumula uma série de fatores que podem mergulhá-lo em um novo quadro de disseminação exacerbada da doença e, consequentemente, mais mortes.

O primeiro deles é o ressurgimento do sorotipo 3 do vírus da dengue. A Fiocruz detectou em 2023 a recirculação no país da variante que estava fora de circuito havia cerca de 15 anos. Sabe-se que a reinfeção por vírus diferentes aumenta o risco de agravamento da doença. Portanto, ao menos 6,4 milhões de brasileiros estão, agora, mais suscetíveis. Segundo o Ministério da Saúde (MS), ao longo de 2024, o Brasil registrou 6.484.890 casos prováveis de dengue — um aumento de 293% quando comparado a 2023. Considerando o apagação de diagnósticos e assistência no auge da última crise, o grupo de vulneráveis é certamente bem maior.

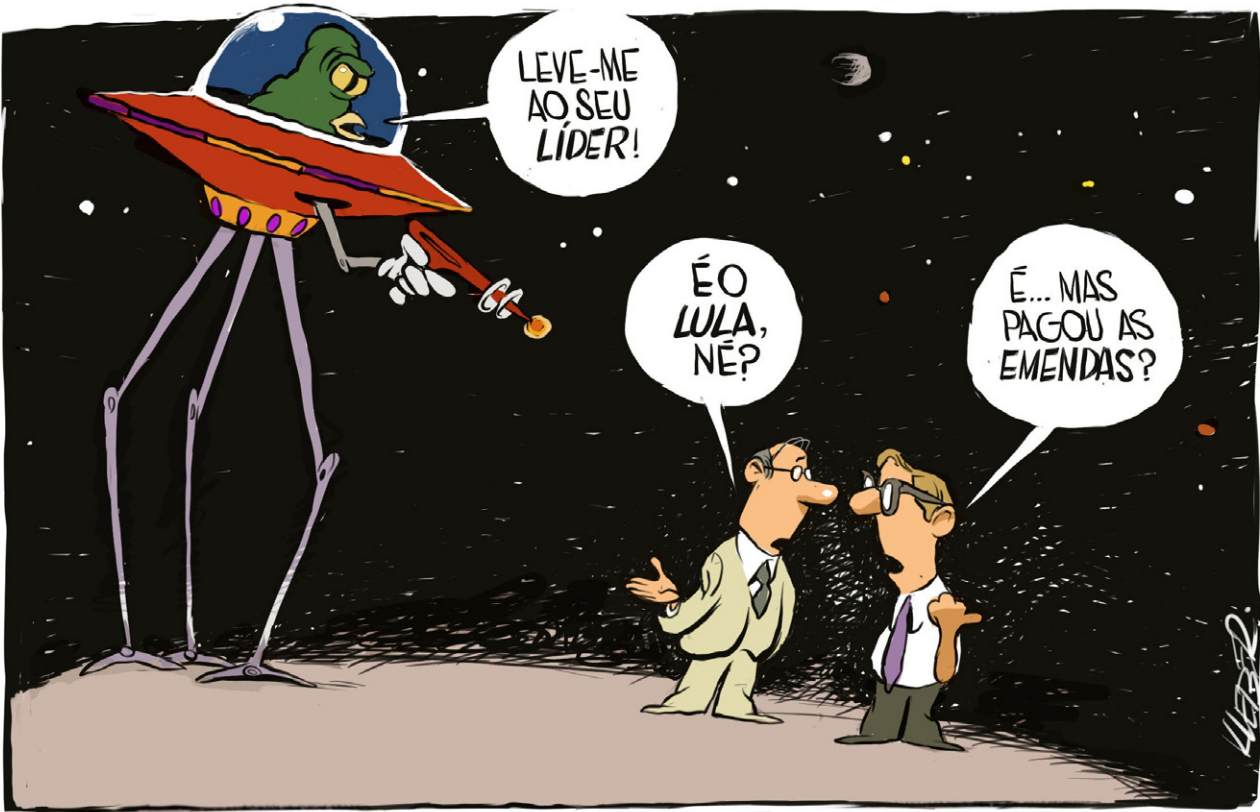
Também é desafiante a nova realidade climática, resultante de uma combinação de eventos extremos que favorecem a dengue. Um estudo da Universidade de Stanford divulgado em novembro indica que, hoje, quase 20% dos casos da doença registrados no mundo podem ser decorrentes da crise ambiental. Em áreas endêmicas com temperaturas entre 20°C e 29°C, que aceleram a reprodução do *Aedes aegypti*, pode haver um aumento de 150% a 200%

nos casos de infecção nos próximos anos. O Brasil quebrou o recorde de temperatura em 2024, com a média de 25,02°C, teve um 2023 com 24,92°C e, analisando os esforços locais e internacionais pela sustentabilidade do planeta, não deve ver os termômetros arrefecerem em 2025.

Entra aí um terceiro fator que merece alerta neste começo de ano. Trata-se também de um período de trocas de lideranças em áreas estratégicas para o combate à dengue. De forma geral, 8% dos secretários de saúde são substituídos mensalmente no país, segundo cálculos do Conselho Nacional de Secretarias Municipais de Saúde (Conasems). Logo após as eleições municipais, a taxa de rotatividade aumenta, o que pode comprometer a continuidade de ações preventivas e de assistência aos infectados. Não à toa, em um encontro em outubro para discutir a temporada da dengue de 2025, especialistas brasileiros (Fiocruz, FGV e MS) e estrangeiros defenderam a criação de um sistema nacional de monitoramento do mosquito, buscando padronizar a coleta de dados e a atuação de agentes públicos.

Empossados, os gestores se depararam ainda com a baixa cobertura vacinal — a média é de que sete em cada 10 pessoas que aderiram à imunização contra a dengue não estão com a carteira atualizada. A imunização reduz o risco de hospitalização e óbito, que também bateu recorde em 2024: foram 5.972, um crescimento de 406% em relação ao ano anterior.

Ainda que modelos preditivos indiquem que este verão será de queda nas curvas da dengue, não há margens para relaxamento. Ao contrário. Sobram elementos capazes de fazer com que, desta vez, a doença tenha um sabático encurtado. Mesmo que atípicos, são fatores conhecidos. Portanto, passíveis de intervenção.



» Sr. Redator

» Cartas ao Sr. Redator devem ter, no máximo, 10 linhas e incluir nome e endereço completo, fotocópia de identidade e telefone para contato.
» E-mail: sredat.df@dabr.com.br

Eleições

Nós, brasileiros, precisamos ainda de muitos anos para aprendermos a votar corretamente, sem sermos manipulados pelos políticos que temos. Estamos nos séculos 21 e nos permitimos sermos enganados com as falsas promessas de alguns candidatos. Infelizmente, em alguns municípios, mesmo com todas as fiscalizações do Tribunal Superior Eleitoral (TSE), ainda há o famoso voto do cabresto. Erramos quando elegemos para a Câmara Federal deputados que, quando fazem oposição ao atual governo, não se preocupam em votar a favor dos projetos que são benéficos para a população. Votam para aprovação dos projetos de interesses pessoais, da mesma forma agem alguns senadores. Nas próximas eleições, temos que nos policiar mais quando formos às urnas para eleger os nossos representantes para que, quando eles assumirem os cargos, trabalhem em benefício da população, não em benefício próprio, como está sendo hoje no Congresso Nacional.

» **Evanildo Sales Santos**
Gama

Taguacenter

Primeiro, consertem a obra inacabada, antes de fazerem as obras de modernização e acessibilidade do Taguacenter. Está horrível o remendo que foi feito lá. Taguatinga merece o olhar do governo central do DF. Durante os festejos natalinos, não colocaram como enfeite nem uma lamparina. As duas avenidas, a Samdu e a comercial, estão completamente esburacadas. Sem falar nas ruas, em todas elas há buracos. Nós, taguatinguenses, merecemos respeito em relação à cidade. Em tanto tempo como moradora, a cidade nunca esteve tão largada!

» **Maria do Socorro Figueiredo**
Taguatinga

Águas Lindas

Diante de novas reiterações de minha secretária do lar, bem como de suas colegas, todas residentes em Águas Lindas de

Goiás, não poderia ficar omisso ao não denunciar mais um vez, como feito aqui no **Correio** em 26 de outubro, a falta de respeito da gestão do prefeito com a população, que, inclusive, o reelegeu, diante das péssimas e precárias condições dos ônibus disponibilizados para a comunidade local pela empresa Taguatur. Como exemplo recente, no último dia 2, o retrovisor externo (grande) ao lado do motorista se desprendeu e caiu em plena rodovia, por sorte não atingiu um outro veículo, podendo ter ocasionado uma tragédia. O referido coletivo não tinha condições de prosseguir a viagem por medidas de segurança. O ônibus estava superlotado, os passageiros tiveram que descer e aguardar por 35 minutos a reposição de outro coletivo, sob um forte Sol, além de ficarem expostos sem segurança à beira da pista. Infelizmente, também não há o cumprimento de horários, bem como o reduzido número de ônibus nos horários de pico. Recentemente, segundo ela, houve a liberação de abertura da porta de trás para o acesso às pessoas com problemas de mobilidade, idosos, gestantes e obesos. No entanto, esse acesso só é permitido nos terminais. Trata-se de uma medida insensata e esdrúxula! Qual o motivo para não permitir o acesso nos demais pontos de ônibus? A população clama por respeito, que o prefeito faça uma gestão cobrando qualidade da empresa.

» **Renato Mendes Prestes**
Águas Claras

Maus-tratos

Até quando teremos que ouvir essas notícias de agressões a animais? O governo deveria urgentemente começar a castrar obrigatoriamente todos os cães de rua e evitar essa reprodução desenfreada que está ocorrendo. Infelizmente, os animais sofrem e casos tristes como esses ocorridos no início deste ano se tornam cada vez mais frequentes. Cadê o poder público? Não aguento mais ver sempre notícias de bichinhos sofrendo tanto!

» **Maurício Junio**
Brasília

Desabafos

» Pode até não mudar a situação, mas altera sua disposição

Monitoramento de extremistas: o que vai ter de deputado e senador reclamando.

Abraão F. do Nascimento — Águas Claras

Sou ciclista e evito ao máximo dividir pistas com os carros, caminhões, ônibus e motos. As leis não são cumpridas, as ruas não possuem espaço para todos, e o menor sempre vai se lascar!

Antônio Oliveira — Brasília

Aeroporto de Brasília é o mais pontual do Brasil: acredito que cidade precisa de um metrô ou de um VLT em ligação com o aeroporto, com paradas estratégicas e conexão com outros modais.

Claudio Louzada — São Paulo

Está passando da hora de fazer essas pessoas que causam maus-tratos aos animais, além de serem presas, pagarem multa pelos danos causados aos bichinhos. Só entendem quando mexem no bolso!

Eleuza Rosa — Brasília

Você sabia que o câncer de mama também pode atingir o seu pet de estimação? Castrar o animal e levá-lo a consultas periódicas estão entre as prevenções.

José Ribamar Pinheiro Filho — Asa Norte

Acordo com Gol e Azul reduz dívida com a União em R\$ 5,8 bilhões. No fim, o livre-mercado sempre recorre ao governo.

Matheus Dias — Curitiba



ANA DUBEUX
anadubeux.correio@gmail.com

Em 2025, seja uma pessoa emocionada

Na véspera da primeira semana útil do ano, vasculho o repertório de notícias em busca de inspiração. O primeiro artigo de 2025 poderia ser sobre a expectativa do prêmio para o filme *Ainda Estou Aqui*, porque ele ainda bate acelerado no meu peito. Ou mesmo sobre o *Auto da Compadecida*, que me deixou ainda com mais orgulho do cinema brasileiro. Também pensei em conversar por aqui sobre o “aniversário” da fatídica tentativa de golpe, aquele 8 de janeiro que nos deixou abismados e revoltados, contando os prejuízos das casas que abrigam os Três Poderes da República.

São muitos os temas que nos esperam logo neste início de ano. Mas eis que me deparo com várias notícias sobre morte. Do ciclista atropelado e largado sem socorro à jovem médica colhida pelo fogo na Tailândia; de atentado em Nova Orleans a afogamentos em série no réveillon. Ainda a partida da querida dona Lygia Caldas Pereira, aos 108 anos. A pioneira foi presidente da Ação Social do Planalto e da Casa do Candango, chegou à capital em 1962, até ali com 12 filhos. O caçula deles, Eduardo Jorge, ex-ministro do governo FHC, nasceu em Brasília. Também leio sobre o adeus à pessoa mais velha do mundo, aos 116 anos no Japão, onde mais de 95 mil pessoas são centenárias. Mas não quero falar necessariamente sobre morte.

Fiquei pensando sobre a brevidade da vida em tantos casos ou mesmo quantas vidas cabem em um século de existência. Sobre como queremos viver e contar

nossos anos. A cada ano que passa, sinto mais a pulsação da vida. Acho que a maturidade nos dá esse presente. Tomar consciência da grandiosidade da nossa existência demora e, ao longo do tempo, somos surpreendidos por angústia, ansiedade, tristeza, luto, depressão. Também somos arrebatados por sentimentos intensos de alegria e, com muita frequência, vivemos momentos tão bons que desejamos que eles nunca acabem.

Mas o fato é que tudo é passageiro e, diante do inexorável, nos resta bem pouco a fazer, a não ser aproveitar intensamente nossos momentos por aqui. Já falei inúmeras vezes aqui neste espaço sobre o quanto é importante cultivar amigos, estar próximo deles, olho no olho. Já falei sobre a necessidade de conexões verdadeiras longe das telas. Já cansei de repetir sobre o poder da contemplação da natureza e das nossas cidades nas minhas caminhadas. Ou mesmo dos encontros e reencontros com a fé nos meus momentos de peregrinações.

Tudo isso rende a certeza de que a vida vale a pena ser vivida em seus mínimos detalhes, seja ela curta, seja longa ao extremo; seja nos momentos de dor, seja nas ocasiões de alegria extasiante. Em 2025, desejo ser esta pessoa emocionada, que sente à flor da pele, que se alegra com a alegria do outro, que se compadece e ajuda o próximo, que ri com amigos, que cultiva boas memórias, que tem autocompaixão e abraça as próprias dores. E desejo tudo isso a cada um de vocês que me acompanha por aqui!

CORREIO BRAZILIENSE

“Na quarta parte nova os campos ara
E se mais mundo houvera, lá chegara”
Camões, e, VII e 14

GUILHERME AUGUSTO MACHADO
Presidente

Leonardo Guilherme Lourenço Moisés
Vice-Presidente executivo

Ana Dubeux
Diretora de Redação

Valda César
Superintendente de Negócios e Marketing

VENDA AVULSA			ASSINATURAS * SEG a DOM
Localidade	SEG/SÁB	DOM	
			R\$ 899,88
DF/GO	R\$ 5,00	R\$ 7,00	360 EDIÇÕES (promocional)
Assine (61) 3342.1000 – Opção 01 ou (61)99966.6772 Whatsapp			
* Preços válidos para o Distrito Federal e entorno. Consulte a Central de Relacionamento (3342-1000) ou (61)98158.8945 Whatsapp, para mais informações sobre preços e entregas em outras localidades, assim como outras modalidades e formas de pagamento. Assinaturas com forma de pagamento em empenho terão valores diferenciados. Aquisição de assinaturas para atendimento de demanda de licitação é sob consulta. Preços válidos para até 10 (dez) assinaturas por CPF ou CNPJ.			
Anuncie Publicidade: (61) 3214.1339 ou (61) 99555.2585 Whatsapp Publicidade legal: (61) 3214.1245 ou (61) 98169.9999 Whatsapp Classificados: (61) 3342.1000 ou (61) 98169.9999 Whatsapp			

S.A. CORREIO BRAZILIENSE – Administração, Redação e Oficinas Edifício Edison Varela, Setor de Indústrias Gráficas - Quadra 2, nº 340 - CEP 70610-901. Rede Interna: 3214.1078 - Redação: (61) 3214.1106; Comercial: (61) 3214.1339 ou (61) 99555.2585 Whatsapp.



Endereço na Internet: <http://www.correioweb.com.br>
Os serviços noticiosos e fotográficos são fornecidos pela AFP, Agência Estado e DA Press. Tel: (61) 3214-1131

DIÁRIOS ASSOCIADOS

D.A Press Multimídia
Atendimento pessoalmente para pesquisa em jornais e cópias:
SIG Quadra 2, nº 340, bloco I, Subsolo - CEP: 70610-901 - Brasília - DF; de segunda a sexta, das 9h às 18h.

Atendimento para venda de conteúdo:
Por e-mail, telefone ou pessoalmente: de segunda a sexta, das 9h às 22h/
sábados, das 14h às 21h/ domingos e feriados, das 15h às 22h.
Telefones: (61) 3214.1575 /1582/1568.
E-mail: dapress@dabr.com.br Site: www.dapress.com.br

Sobre pizzas e vacas



» JAIME PINSKY
Historiador e escritor,
professor titular aposentado
da Unicamp

Fim de ano é aquele período em que a roupa começa a encolher, dizia minha mãe, rindo de suas amigas ao ouvi-las reclamar que não era justo existir um mês em que se come muito (dezembro), seguido de outro (janeiro, férias escolares) em que se coloca roupa de banho e os quilos adquiridos se revelam de modo inequívoco. Comer é uma atividade social que vai muito além de saciar o apetite e tem provocado observações nem sempre sólidas sobre o caráter dos povos. A cultura da pizza, comida encarregada de resolver o problema de grande parte dos habitantes deste planeta, é um exemplo de como uma generalização superficial pode estar equivocada. Claro, pois a pizza, ao que tudo indica, não é a melhor representação gastronômica da Itália, mesmo porque sua origem está na Índia ou no Oriente Médio, já que é nessas regiões do planeta em que o pão tem esse formato, redondo e chato, provável inspiração dos inventores da pizza.

O mais fascinante, contudo, é a hipótese de um sociólogo brasileiro, já falecido, Gabriel Bolaffi, para o qual a pizza era um produto consumido apenas no sul da península, e sua

expansão pela Itália toda teve a ver com a invasão dos americanos durante a Segunda Guerra Mundial. Os soldados ianques, à medida que avançavam para o norte, solicitavam aqueles discos práticos e saborosos, mas que não eram produzidos em outras regiões. Como os soldados tinham apetite, dólares e armas, donos de bares e pequenos restaurantes trataram de preparar as próprias pizzas, para alegria dos americanos. Assim, graças aos soldados estrangeiros, a pizza deixou de ser uma comida regional e tornou-se um verdadeiro símbolo nacional. Com a volta dos exércitos vencedores ao continente americano, a pizza tornou-se uma necessidade gastronômica também nos Estados Unidos, devidamente adaptada ao duvidoso gosto dos “gringos”, que a devoram em pé, na rua, sem o uso de talheres, acompanhada de refrigerante em vez de vinho e preparada com queijo com sabor de plástico... Mas, de qualquer forma, baseada naquela encontrada pelos soldados em solo italiano.

O fato é que “comidas típicas” não são tão típicas assim, mas, por se apresentarem como tal, representam com dignidade, maior ou menor, seus supostos criadores. As famosas alheiras portuguesas, por exemplo, foram criadas por necessidade, não por prazer, alegria ou fome. Conta-se que o governo português, aliado da Igreja, desconfiava das pessoas que não comiam língua — provável indício de que mantinham clandestinamente práticas judaicas ou muçulmanas. Portugal, é importante ressaltar, estava preocupado em fazer uma espécie de “limpeza religiosa”,

acabando com resquícios não cristãos na sua população (século 16). E o governo morria de medo de avanços econômicos que pudessem ameaçar a estrutura de poder arcaica existente. Os judeus consumiam as alheiras e ostentavam fileiras de carne de aves e legumes temperados com alho para mostrar sua suposta adesão ao cristianismo quando, na verdade, não passavam de cristãos novos mal resolvidos, que tinham nojo da carne de porco, mas fingiam comê-la para não serem executados nas fogueiras da Inquisição e do retrógrado governo lusitano após terríveis torturas. Assim teria surgido essa linguiça sem carne de porco...

Vindo para o nosso continente, vale a pena recordar a história que o jornalista Ariel Palacios nos conta sobre a carne de vaca, símbolo gastronômico dos nossos vizinhos, em seu delicioso livro *Os argentinos*. Para início de conversa, Ariel nos lembra que a vaca não é argentina, nem sequer americana, mas foi trazida para a Argentina, via Brasil, várias décadas após a chegada de Cabral. Durante anos, os bovinos passearam sossegados entre os Andes e o Atlântico, sem que suas virtudes alimentícias fossem percebidas. Só então a vaca se tornaria um verdadeiro símbolo nacional. Segundo Palacios, os argentinos estão dispostos até a discutir se Pelé foi melhor do que Maradona, mas não admitem colocar em questão a superioridade de suas vacas. Para dizer a verdade, e que me perdoem os ótimos criadores que temos no Brasil, muitos brasileiros, como eu, concordam com eles.



Economia e política: tempestade perfeita no horizonte



» JOSÉ MATIAS-PEREIRA
Economista, advogado,
doutor em ciência política
pela Universidade
Complutense de Madrid
e pós-doutor em
administração pela
Universidade de São Paulo.

Professor e pesquisador senior do Programa de Pós-Graduação em ciências contábeis da Universidade de Brasília (UnB)

A economia e a política estão intrinsicamente ligadas, pois decisões econômicas têm implicações políticas, e decisões políticas impactam a economia. As políticas fiscais e monetárias são frequentemente moldadas pelas prioridades políticas dos governos. A economia fornece os recursos e as ferramentas para a tomada de decisões racionais, enquanto a política determina as prioridades e as estratégias para a alocação desses recursos.

Quando os governantes atuam de forma irresponsável, em geral, motivados por ideologia, populismo econômico ou má gestão (incompetência), essas duas dimensões — política fiscal e política monetária — entram em desequilíbrio, provocando prejuízos no funcionamento da economia e afetando as empresas e o bem-estar das pessoas. Os efeitos desses desajustes refletem no campo da política.

Nas democracias parlamentaristas, diante da gravidade da crise, o primeiro-ministro tende a cair, e o país avança para novas eleições. Nas democracias presidencialistas, em última instância, desaguam no afastamento do presidente, assumindo o vice-presidente. O Brasil vivenciou esse cenário de desequilíbrio que levou ao impeachment da ex-presidente Dilma Rousseff, em 31 de agosto de 2016.

Feitas essas considerações, formula-se a seguinte pergunta: O Brasil avança para vivenciar uma “tempestade perfeita” na economia e na política em 2025? Para respondê-la,

torna-se relevante avaliar o cenário econômico e político nos âmbitos internacional e nacional. Constata-se, no plano internacional, uma profunda desorganização do sistema econômico e político mundial em decorrência dos conflitos latentes nesses campos entre a China e os EUA e dos efeitos das medidas de isolamento da Rússia em decorrência da invasão da Ucrânia, notadamente, pelos EUA e países da União Europeia. Esse cenário se agravou em 2024 com a eclosão dos conflitos no Oriente Médio, entre Israel e o Hamas (Palestina), no qual se envolvem os países que apoiam os grupos terroristas existentes naquela região, com destaque para o Irã.

Vislumbra-se que, neste ano de 2025, com base nas medidas tarifárias delineadas na plataforma eleitoral do presidente eleito dos EUA Donald Trump, o mundo avance para um cenário de “guerra” tarifária no comércio mundial. É oportuno destacar que o nível de impacto dessas medidas econômicas e políticas irá variar em função das realidades econômicas e políticas de cada país e da profundidade das medidas de retaliações adotadas pelo governo norte-americano. A aproximação do governo brasileiro com o eixo de países governados por ditadores, que se opõem aos EUA, poderá colocar o Brasil na lista dos países que irão sofrer fortes retaliações tarifárias.

O pessimismo sobre a trajetória da economia brasileira, percebida por grande parcela da população nas pesquisas de opinião (em especial, pela elevação da inflação), também aumentou de forma acentuada por parte do mercado em decorrência de decisões dúbias por parte do governo, em especial sobre a falta de vontade política do governo de reduzir as despesas e controlar o crescimento da dívida pública. Nesse sentido, as críticas e desconfianças com a consistência da política econômica do governo Lula tem como foco central o crescimento acelerado da Dívida Bruta do Governo Geral (DBGG), calculada pelo Banco Central, ressaltando que esse indicador de endividamento é o mais utilizado pelos

economistas e analistas para avaliação da sustentabilidade das contas públicas.

A determinação de elevar os gastos de forma descontrolada exigiu que o governo aumentasse as receitas, o que fomentou o crescimento da arrecadação de 4% em 2023 a 12% até outubro de 2024. As despesas cresceram 12% em 2023, e 10% em 2024. A DBGG passou de 71,7% do PIB em dezembro de 2022 para 74,4% em dezembro de 2023 (R\$ 8,079 trilhões). Em 2024, estima-se que deverá alcançar 80%, o equivalente a R\$ 9,1 trilhões. A estimativa para a DBGG em 2025 é de 82,2% do PIB, e de 84,1% do PIB em 2026.

Recorde-se que, em substituição ao teto de gastos, o governo Lula formulou um novo arcabouço fiscal que permite que as despesas cresçam junto da arrecadação de impostos. O aumento elevado de receita, no entanto, foi acompanhado pelo crescimento significativo de despesas. Assim, o arcabouço foi perdendo credibilidade junto ao mercado com a mudança das metas de resultado das contas públicas para os anos seguintes. É oportuno recordar que, em abril de 2024, quando o FMI projetou o Brasil fechando o ano como a oitava maior economia, o dólar estava cotado a R\$ 5,18. No final do mesmo ano, a moeda fechou a R\$ 6,44. Estima-se que o PIB do Brasil em 2024 deverá alcançar US\$ 2,27 trilhões. Caso a desvalorização do real frente ao dólar continue aumentando, o Brasil está ameaçado de perder a sua posição entre as 10 maiores economias mundiais em 2025.

Diante desse cenário de incertezas, pode-se argumentar que o descontrole das contas públicas e a perda de autonomia do Banco Central fomentarão a formação, no médio prazo, de uma tempestade perfeita que irá se abater sobre a economia brasileira, tendo como fator impulsor a dominância fiscal. Pode-se afirmar, por fim, apoiado na estreita relação que existe entre economia e política, que o desempenho da economia será fator decisivo — num contexto em que esteja prevalecendo a democracia e a transparência no sistema eleitoral — para a escolha do próximo presidente da República, nas eleições de outubro de 2026.

Visto, lido e ouvido

Desde 1960 (Circe Cunha (interina))



circecunha.df@dabr.com.br

Feliz 2025, de coração

Vistas por alienígenas do espaço sideral, nossas repetidas comemorações pela chegada do ano novo não fazem sentido algum. Afinal, o planeta completou apenas mais uma volta em torno de sua estrela, o Sol, como aliás, tem feito nestes últimos bilhões de anos. É toda uma mecânica celeste que parece funcionar com um complexo e delicado relógio suíço. O significado desse movimento de translação pode ser entendido tanto pelo cérebro quanto pelo coração. O tempo nos é caríssimo. Em ambos os sentidos. Em nossa mecânica orgânica, o coração é peça fundamental. Ele marca de fato o tempo.

A idade de cada um de nós é mais precisamente aferida quando verificamos um simples dado: a quantas horas nossa bomba hidráulica segue em funcionamento. Isso desde sua formação dentro do útero. Se o coração de uma pessoa normal tem um batimento cardíaco de, em média, 75 vezes por minuto, podemos dizer que um indivíduo de 20 anos tem, dentro do peito, um órgão que vem trabalhando a 175.316.400 horas. Ou uma peça que já produziu aproximadamente 788.923.800 trabalhos mecânicos de sístole e diástole, mantendo o corpo repleto de vida.

Neste ano, com nada de novo à frente, cuide de seu coração. Isso vale, inclusive, para aqueles que afirmam não possuir um. Além, de ser essa espécie de relógio a medir o nosso tempo, o coração é um órgão que parece ter vida própria, com um cérebro próprio, com neurônios que pensam. Os pesquisadores o chamam de minicérebro. Deram até nome técnico para ele: Sistema Nervoso Intrínseco Cardíaco (SNIC).

A medicina bioeletrônica sabe que o coração tem, ao seu redor, grupos organizados de neurônios, cada grupo com funções específicas e comuns, que é a saúde do sistema cardíaco. Deixando de lado os marcapassos, cada vez mais precisos e duradouros, o coração tem funções além da mecânica material, servindo de ponte entre o corpo e o espírito nele contido. A questão é simples e se resume a observar que sensações, sentimentos e pressentimentos de angústia, alegria e tantas outras experiências etéreas captadas ao nosso redor são impressas no coração, provocando sentimentos de aperto ou alegria.

O coração também é luz e habita nas esferas do mundo esotérico, sendo considerado um centro de energia vital e emocional do ser humano na espiritualidade. Nesse campo, os místicos dizem que é através do coração que entramos em contato com o divino, possibilitando experiências como paz interior e amor incondicional. Dizem eles que o chakra do coração, ou seja, a energia que emana do órgão, é responsável pelo poder emocional, pela esperança, confiança, entrega, aceitação, inspiração, com paixão e entrega a vida.

Teríamos, assim, um cérebro da razão e um cérebro da emoção no centro do peito. Talvez por isso, todas as malquerenças acabem sempre em expressões como: “Fulano não tem coração” ou “Tem um coração de pedra ou de gelo”. O endurecimento do coração é um dano ao sistema cardíaco. Dizem com razão que quem é alegre adoece menos e vive muitos anos. Por que seria? É fácil de entender quando se observa que a alegria não parte da cabeça, mas do peito. Por isso é que se acredita que as impressões do mundo ao nosso redor são feitas em parceria direta com o coração. Feliz 2025, de coração.

» A frase que foi pronunciada:

Devido à natureza política do cinema, a produção cinematográfica partidária, especialmente quando o assunto é próximo ao coração do cineasta, tende a ser a norma, e não a exceção.

Ben Edwards

Prata da casa

» Recebe o título de professor emérito pela Universidade de Brasília (UnB) Hary Schweizer, com solenidade marcada para amigos e admiradores em 8 de janeiro, às 17h, no auditório da Reitoria. A outorga foi idealizada pela reitora professora Rozana Reigota Neves.

Sem julgamentos

» Nas primeiras horas da manhã, era possível ver um carro estacionado junto às barracas improvisadas de pedintes no final da I-2. Foto no blog do Ari Cunha.

» História de Brasília

Lavrou a sentença de morte, porque a ante sala do presidente da Novacap jamais foi lugar para negociata. Jamais alguém recebeu dinheiro da Novacap dando, por fora, cheque ao portador. E isto estava acontecendo. A reação era de se esperar, ante o escândalo que dominava. (Publicada em 25/4/1962)

Esta colunista entrará de férias e retornará ao espaço em fevereiro.

Padrão alimentar que favorece alimentos in natura, vegetais verdes, frutas vermelhas e peixes, em detrimento de carne vermelha e industrializados, ajuda a reduzir o declínio cognitivo, revela estudo com mais de 14 mil pessoas

DIETA para a MENTE

» PALOMA OLIVETO

Melhorar a dieta costuma figurar na lista de resoluções do ano novo, principalmente após os exageros das festas de dezembro. Um estudo publicado na revista *Neurology* pode ser o empurrão que faltava. Segundo pesquisadores da Universidade de Cincinnati, nos Estados Unidos, uma combinação de dois padrões alimentares — mediterrâneo e dash — está associada a um risco menor de comprometimento cognitivo.

A chamada dieta mind foi desenvolvida na Universidade de Harvard, nos Estados Unidos, com objetivo de ajudar a prevenir demências. “É um padrão alimentar voltado especialmente para a saúde cerebral e a prevenção de doenças neurodegenerativas, como o Alzheimer”, explica a nutricionista esportiva Rayanne Marques, de Brasília. “Ele prioriza o consumo de alimentos ricos em nutrientes que beneficiam o cérebro, como frutas vermelhas, vegetais folhosos, azeite de oliva, peixes e nozes, enquanto limita o consumo de carnes vermelhas, manteiga, queijos, doces e alimentos industrializados”, detalha.

O estudo da Universidade de Cincinnati foi realizado com dados de 14.145 pessoas, com idade média de 64 anos. Dos participantes, 70% eram brancos, e 30%, negros. Eles foram acompanhados por uma década. “Com o número de pessoas com demência aumentando devido ao envelhecimento da população, é fundamental encontrar mudanças que possamos fazer para atrasar ou retardar o desenvolvimento de problemas cognitivos”, disse, em nota, o autor, Russell P. Sawye. “Estávamos especialmente interessados em ver se a dieta afeta o risco de comprometimento cognitivo dos participantes.”

Pontuação

Os participantes preencheram um questionário sobre sua dieta no ano anterior. Os pesquisadores analisaram até que ponto os alimentos correspondiam ao padrão mind. Então, eles atribuíram um ponto para cada item, de acordo com a frequência em que apareciam no prato. Quanto mais porções diárias de grãos integrais, vegetais, frutas vermelhas e feijões, e quanto menos consumo de carne vermelha, alimentos processados, frituras, doces e manteiga/margarina, maior a pontuação. O total possível foi 12.

Os pesquisadores dividiram os participantes em três grupos. O grupo com pontuação mais baixa contabilizou, em média, cinco pontos. O do meio, sete. Já os do topo acumularam nove. Durante o estudo, o comprometimento cognitivo se desenvolveu em 532 pessoas: 12% das incluídas no primeiro agrupamento; 11% no segundo e 10% no último.

Após ajustar fatores, como idade, pressão alta e diabetes, os pesquisadores descobriram que as pessoas do grupo com maior pontuação tinham um risco 4% menor de comprometimento cognitivo em comparação com aquelas com menos pontos. A redução de risco foi especialmente observada entre mulheres (6%).

“Janeiro seco”, menos álcool

Há alguns anos, popularizou-se, nas redes sociais, o movimento “janeiro seco” — é uma espécie de desafio para se manter totalmente abstinência de álcool no primeiro mês do ano. Uma pesquisa recente da Statista mostrou que, nos Estados Unidos, 75% das pessoas entre 21 e 24 anos pretendem participar. Já os entrevistados acima dos 55 estão menos dispostos a passar 31 dias sem beber: apenas 31% abraçaram a ideia.

“Pense dessa forma, o álcool é como um convidado furtivo na sua festa, pode parecer divertido no começo, mas pode causar estragos nas células do seu corpo”, diz Jamie Koprivnikar, oncologista do John Theurer Cancer Center da Hacksack Meridian Health, nos Estados Unidos. “Com o tempo, esse dano pode levar a mutações que aumentam o risco de desenvolver câncer.”

Segundo o médico, reduzir o consumo de álcool pode melhorar a saúde

FMT/Divulgação



Dieta mind é baseada numa alimentação que busca proteger o cérebro dos problemas neurodegenerativos

Palavra de especialista

Incentivo público

Políticas públicas podem utilizar os dados de pesquisas sobre padrões alimentares para implementar programas de educação nutricional, incentivando hábitos alimentares saudáveis desde cedo. Medidas como a inclusão de alimentos ricos em nutrientes neuroprotetores na merenda escolar, campanhas de conscientização sobre a importância da dieta para a saúde do cérebro e subsídios para tornar alimentos saudáveis mais acessíveis podem ter impacto significativo na prevenção de doenças neurodegenerativas. Diretrizes de saúde

Arquivo pessoal



pública poderiam incluir orientações sobre padrões alimentares como o mind, promovendo ações integradas entre governos, profissionais de saúde e a sociedade.

Maciel Pontes, neurologista no Hospital de Base do Distrito Federal

Velocidade

Os cientistas também investigaram a velocidade de raciocínio dos participantes à medida que resolviam problemas. Aqueles com padrão alimentar mais próximo à dieta mind tiveram uma redução mais lenta, uma associação mais forte nas pessoas negras. “Essas descobertas merecem estudos mais aprofundados, especialmente para examinar esses impactos variados entre homens e mulheres e pessoas negras e brancas, mas é emocionante considerar que as pessoas poderiam fazer

algumas mudanças simples em sua dieta e, potencialmente, reduzir ou retardar o risco de problemas cognitivos”, acredita Swaye.

Embora o estudo seja observacional — não estabelece uma relação de causa e efeito —, há algumas pistas sobre a ação dos alimentos priorizados no padrão mind e o risco reduzido de comprometimento cognitivo. A endocrinologista Deborah Beranger, do Rio de Janeiro, explica que a ideia dessa dieta é fornecer nutrientes para o cérebro para manter saudáveis as estruturas do tecido cerebral e as funções do sistema nervoso, em geral. “A manutenção dessas

estruturas é essencial para a passagem de estímulos e comunicação entre os neurônios, células do sistema nervoso que precisam de glicose como principal substrato para manter suas funções, e de aminoácidos, presentes nas proteínas, para sintetizar neurotransmissores e fazer as reposições”, diz.

Deborah Beranger destaca que, no caso da prevenção do comprometimento cognitivo, um dos pontos favoráveis da dieta é a presença de flavonoides, substâncias que atuam como antioxidantes e evitam a inflamação dos tecidos cerebrais. A médica também destaca o ômega-3, ácidos graxos encontrados principalmente em peixes de águas profundas. “Eles podem prevenir a inflamação relacionada à idade e estresse oxidativo em células cerebrais, além de outros benefícios relacionados ao cérebro, incluindo a prevenção de doenças neurodegenerativas, como as demências e o declínio cognitivo.” Segundo a endocrinologista, castanhas-do-pará, nozes, amêndoas e sementes de chia e linhaça também têm a substância.

Adaptação

A nutricionista esportiva Rayanne Marques lembra que, embora desenvolvido nos EUA, o padrão alimentar está bem adaptado à cultura brasileira. “Muitos dos alimentos recomendados na dieta mind fazem parte da dieta brasileira ou possuem equivalentes acessíveis, como a couve no lugar de espinafre, o uso de castanhas brasileiras e o consumo de peixes, como sardinha, que são nutritivos e

PixHere/Divulgação



Bebidas aumentam risco de câncer e doenças cardiovasculares

No dia a dia

SAIBA COMO ADERIR AO PADRÃO ALIMENTAR MIND

Os itens saudáveis sugeridos pelas diretrizes da dieta mind incluem:

- 3 ou mais porções de grãos integrais por dia
- 1 ou mais porções por dia de vegetais (exceto folhas verdes)
- 6 ou mais porções por semana de vegetais de folhas verdes
- 5 ou mais porções de nozes por semana
- 4 ou mais porções de feijão por semana
- 2 ou mais porções de frutas vermelhas por semana
- 2 ou mais porções de ave por semana
- 1 ou mais porções de peixe por semana

USAR AZEITE DE OLIVA COMO FONTE DE GORDURA.

Os itens não saudáveis, que são mais ricos em gordura saturada e trans, incluem:

- Menos de 5 porções de doces e tortas por semana
- Menos de 4 porções de carne vermelha por semana (incluindo carne bovina, suína, de cordeiro e produtos feitos com essas carnes)
- Menos de uma porção de queijo e alimentos fritos por semana
- Menos de 1 colher de sopa de manteiga/margarina em barra por dia

Fonte: Universidade de Harvard

Como incorporar a dieta mind na rotina:

- Reduzir o consumo de carne vermelha: experimente incluir mais refeições à base de peixes, ovos ou leguminosas, como feijão, grão-de-bico e lentilha
- Trocar industrializados por naturais: substitua lanches ultraprocessados por oleaginosas ou frutas frescas
- Aumentar o consumo de vegetais: acrescente vegetais folhosos verdes em pelo menos duas refeições diárias
- Cozinhar com azeite de oliva: substitua óleos vegetais por azeite, rico em gorduras saudáveis

Fonte: Rayanne Marques, nutricionista esportiva

econômicos”, diz. “Além disso, o Brasil tem uma grande variedade de frutas e vegetais que se encaixam nesse padrão alimentar.”

Além de proteger o cérebro e reduzir o risco de Alzheimer, a dieta mind traz outros benefícios, aponta a nutricionista. “Ela melhora a saúde cardiovascular, e reduz o risco de hipertensão, colesterol alto e doenças do coração. Por ser rica em fibras e alimentos naturais, auxilia na saciedade e na manutenção de um peso saudável”, diz. A ingestão de frutas, vegetais e gorduras saudáveis combate os radicais livres e inflamações no organismo, prevenindo doenças crônicas.



Defesa segue firme após tentativas de cortes

Em menos de dois anos, o Fundo Constitucional do Distrito Federal sofreu duas ameaças de redução, mobilizando a classe política para manter o recurso. Especialistas analisam o cenário e apontam caminhos para evitar novas investidas

» MILA FERREIRA

Recurso destinado à saúde, educação e segurança pública no Distrito Federal, o Fundo Constitucional do DF (FCDF) tem entrado na mira para sofrer alterações em sua forma de cálculo dentro do escopo de pacotes de cortes de gastos propostos pelo governo federal. Entre 2023 e 2024, foram duas tentativas de alteração. Graças a articulações políticas realizadas por representantes do Governo do DF (GDF) e pela bancada no Congresso Nacional, o fundo segue sem mudanças. No entanto, a classe política permanece em alerta para evitar novas investidas. Especialistas ouvidos pelo **Correio** destacam que o diálogo entre as instituições e o envolvimento da sociedade na defesa do recurso podem ajudar a preservá-lo.

“Não acredito que façam novamente novas investidas contra o Fundo Constitucional. Mas creio que o diálogo permanente com os líderes do Congresso é um caminho para barrar novas tentativas”, declarou a vice-governadora do DF, Celina Leão (PP). O deputado federal Reginaldo Veras (PV) pensa diferente. “Sempre haverá ameaças, por isso, devemos manter sempre a atenção”, alertou. “Ninguém pode garantir que não haverá novas investidas, porém, acredito que a bancada do Distrito Federal estará unida e atenta, lutando para que não haja nenhum tipo de prejuízo para o DF com mudanças no Fundo Constitucional”, completou o deputado Alberto Fraga (PL).

Também deputada federal, Erika Kokay (PT) reforçou a importância da bancada ter atuado de forma conjunta. “Trabalhamos de forma firme e suprapartidária, com isso, conquistamos a manutenção das regras atuais do FCDF. Precisamos nos manter mobilizados, dialogando, inclusive, com o futuro presidente da Câmara dos Deputados para mostrarmos a importância do FCDF para o Brasil e evitarmos novos ataques. Não podemos ser surpreendidos mais uma vez. É fundamental, também, que criemos mecanismos para que a sociedade acompanhe a execução dos recursos”, afirmou.

Alvo

A primeira vez que o Fundo Constitucional foi ameaçado desde a sanção, em 2002, foi no ano de 2023, quando uma proposta de mudança de cálculo do FCDF foi incluída no relatório do PLP 93/2023, que propunha a estipulação de um teto de gastos para o governo federal, também conhecido como novo arcabouço fiscal. O texto, relatado na Câmara dos Deputados pelo deputado Cláudio Cajado (PP-BR), foi aprovado na Casa, mas, ao ser votado no Senado Federal, o trecho que propunha a mudança no Fundo Constitucional foi retirado pelo relator do projeto na Casa, senador Omar Aziz (PSD-AM).

A preservação do recurso se deu após uma longa articulação política. Durante a tramitação do projeto, a bancada do DF e representantes do Governo do Distrito Federal (GDF) interferiram junto aos parlamentares e aos líderes no Senado e na Câmara para sensibilização quanto à importância do FCDF, obtendo êxito no fim, com a salvação do recurso.

Neste ano, por meio do PL 4614/2024, de autoria do líder do governo da Câmara, José Guimarães (PT-CE), o governo federal apresentou uma nova proposta de ajuste fiscal, incluindo a alteração no cálculo do FCDF no pacote. O presidente Luiz Inácio Lula da Silva se pronunciou favoravelmente ao corte.

Mário Agra/Câmara dos Deputados



Após tentativa de inclusão no pacote de corte de gastos, o FCDF foi retirado do texto pelo relator do projeto na Câmara

Marcelo Ferreira/CB/D.A Press



Vice-governadora Celina Leão: diálogo é o caminho

Vinicius Loures/Agência Câmara



Alberto Fraga (PL-DF): bancada unida e atenta

Ed Alves/CB/D.A Press



Reginaldo Veras (PV-DF): sempre haverá ameaças

Ed Alves/CB/D.A. Press



Erika Kokay (PT-DF): trabalho firme e suprapartidário

O que é

O Fundo Constitucional do Distrito Federal é a verba destinada ao custeio da organização e manutenção da área de Segurança Pública, assim como os recursos também ajudam nas despesas de Educação e Saúde. Previsto na Constituição Federal de 1988, o Fundo se tornou realidade com a sanção, no

fim de 2002, pelo então presidente Fernando Henrique Cardoso, de uma lei que tratou especificamente sobre as regras de cálculo e repasse.

O recurso é regulamentado pela Lei nº 10.633/2002 e os recursos são fiscalizados pelo Tribunal de Contas da União (TCU), que anualmente é responsável por

avaliar a regularidade das contas, por meio de um Processo de Contas Anuais.

Para 2025, está previsto um total de R\$ 25.078.223.161 para o Fundo Constitucional, sendo R\$ 11.495.233.954 para a segurança pública, R\$ 8.135.677.660 para a Saúde e R\$ 5.447.311.547 para a Educação.

Caminhos

O cientista político André César acredita que novas tentativas de cortes no fundo podem se materializar em 2025. “Dado o cenário econômico e a necessidade do governo de ter dinheiro em caixa, creio que podem haver outras investidas. Além disso, o governo Lula tem um perfil desenvolvimentista e algumas contas ainda não fecham”, pontuou. “O pacote de corte de gastos aprovado em dezembro no Congresso foi bastante desidratado, isto é, não entraram algumas reduções previstas inicialmente pelo governo federal, como o próprio Fundo Constitucional do DF. Portanto, não se pode tirar do radar a possibilidade real de outra tentativa”, acrescentou.

Para evitar novas tentativas de interferência na forma de cálculo do Fundo Constitucional e possíveis prejuízos aos cofres públicos do Distrito Federal, o especialista observou que o diálogo entre as instituições é importante para que haja uma conscientização quanto à relevância deste recurso para saúde, educação e segurança no DF. “O governador Ibaneis é do MDB, partido que faz parte da base do governo federal, mas que está considerando seguir um caminho mais aliado à centro-direita. Mas o DF é o centro do país, literalmente. A relação do GDF com o governo federal não pode ser cortada, para o bem da capital do país”, ponderou.

Doutor em ciências contábeis e professor da Universidade de Brasília (UnB), Marilson Dantas lembrou que o Fundo Constitucional representa praticamente um terço dos recursos orçamentários do GDF. “Mantê-lo é uma obrigação constitucional e é essencial, principalmente para a segurança pública. Todas as propostas de alteração já apresentadas resultariam em uma diminuição dos recursos do fundo a longo prazo”, destacou.

O especialista aponta ainda que há possibilidade do GDF usar o Fundo Constitucional de forma ainda mais eficiente e transparente. “Desenvolver um sistema de custos, gestão e governança que deixe claro como esses recursos estão sendo aplicados, mostrando uma necessidade criteriosa de mantê-los, sob pena de afetar a qualidade os serviços. Isso também ajudaria a colocar a população como defensora do fundo”, sugeriu Marilson. “É possível levantar informações de custos auditáveis e comparáveis de cada setor que utiliza recursos do fundo. Seria mais didático e, com o conhecimento dessa informação, a população se envolveria na discussão”, completou.

Marilson defendeu ainda que o governo federal precisa buscar uma maior eficiência dos gastos para evitar ter que implementar pacotes de cortes de gastos todos os anos. “O governo não buscou uma redução de custos e quis transferir essa responsabilidade para o Distrito Federal, querendo modificar o cálculo do fundo. Sabemos que os reajustes fiscais são importantes de tempos em tempos, mas é preciso haver um equilíbrio no processo”, analisou.

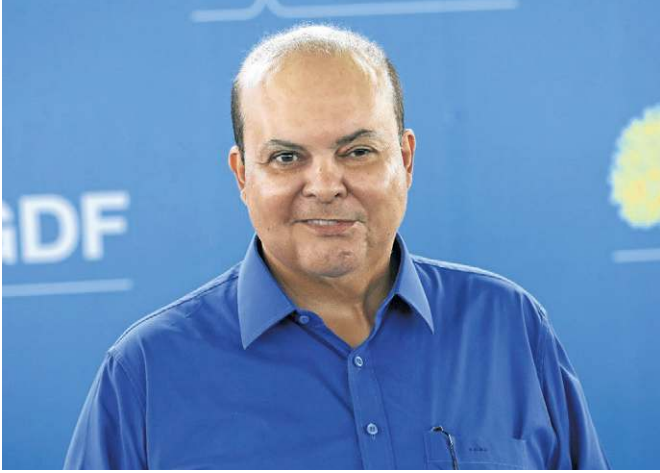
Em entrevista ao **CB.Poder** — parceria do **Correio Braziliense** e TV Brasília — o consultor tributário e ex-secretário da Receita Federal Everardo Maciel apresentou uma possível solução para evitar que o Fundo Constitucional seja ameaçado novamente. “Só vejo uma forma de prevenir isso: constitucionalizar o critério, introduzir no ato das disposições constitucionais transitórias um artigo que diga algo assim: ‘O Fundo que trata o artigo 21, inciso 14 desta Constituição, será reajustado anualmente pela variação da Receita Corrente Líquida da União’. E, ao fazer isso, blindamos o fundo quanto a premissões espúrias ou sistemáticas de reverter o critério”, avalia.

Eixo Capital



ANA MARIA CAMPOS
anacampos.df@dabr.com.br

Divulgação



Reta final do mandato de Ibaneis

O governador Ibaneis Rocha (MDB) chega na reta final de seu mandato. Depois de seis anos de gestão, ele tem um ano e três meses pela frente, antes de entregar o governo para a vice, Celina Leão (PP), caso decida mesmo se desincompatibilizar para ser candidato. Nesse período, Ibaneis precisa consolidar promessas, como criação de vagas em creches, melhorias do atendimento nos hospitais e a contratação de servidores para as duas áreas. O chefe do Executivo local ainda tem que reajustar os salários e concluir as obras em andamento. Ele prometeu, também, deixar um acervo de projetos estruturantes para seu sucessor ou sucessora.

Despedida

O deputado Robério Negreiros (PSD) deixa, neste ano, a liderança de governo na Câmara Legislativa. Ele faz um balanço: “Saio com a sensação do dever cumprido. Conseguimos aprovar 92 projetos, em 2023, e 111, em 2024. Destaco o Plano de Preservação do Conjunto Urbanístico de Brasília (PPCUB), o PLC 41/2024, um projeto complexo e construído a várias mãos que, apesar dos acordos, exigiu muita discussão e foi um pontapé para a segurança jurídica da área tombada de Brasília”, afirmou. “Ressalto também a criação do Programa Morar DF (PL 1092/2024), que concederá um subsídio de R\$ 15 mil para ajudar as famílias de baixa renda do DF a realizarem o sonho da casa própria”, acrescentou. Robério, que assume amanhã a 4ª Secretaria, será sucedido pelo deputado Hermeto (MDB).

Mariana Lins



Posse em nova data

Neste ano, os membros da Mesa Diretora assumem os novos cargos, em data especial. Em vez, de primeiro de janeiro, a solenidade será amanhã. Wellington Luiz (MDB) toma posse no segundo mandato como presidente da Casa. Ricardo Vale (PT) assumirá como vice. Os trabalhos legislativos só serão retomados em fevereiro.

Ed Alves/CB/DA.Press



Servidores federais farão exame médico

Após décadas sem uma oferta contínua, o Ministério da Saúde vai retomar os Exames Médicos Periódicos (EMP) para seus mais de 42 mil servidores e empregados públicos em todo o país. A ação, que faz parte da Política de Atenção à Saúde e Segurança do Trabalho do Servidor Público Federal, tem como foco preservar a saúde e a qualidade de vida dos trabalhadores, identificando precocemente possíveis problemas de saúde relacionados ao ambiente de trabalho. “Essa retomada marca o compromisso do governo federal, sob a liderança do presidente Lula e da ministra Nísia Trindade, com a valorização e o cuidado de quem dedica sua vida a cuidar da população brasileira. Estamos reafirmando o direito à saúde e ao bem-estar dos nossos servidores, em uma gestão democrática e comprometida com o fortalecimento do SUS, sempre colocando as pessoas em primeiro lugar”, destacou o secretário-executivo do Ministério da Saúde, Swedenberger Barbosa.



ENQUANTO ISSO... NA SALA DE JUSTIÇA

Na pauta de 2025, o STF deve julgar ações sobre responsabilização das redes sociais, Lei das Bets e a chamada “uberização”, que trata do vínculo empregatício de motoristas com aplicativos, além da denúncia mais importante em elaboração na Procuradoria-geral da República sobre o 8 de janeiro de 2023.

Marcelo Ferreira/CB/D.A Press



não são relevantes e com fortes características ideológicas. A hora é de responder às necessidades da população e é isso que quem quer ganhar a eleição precisa fazer.

Com a tentativa de reduzir o Fundo Constitucional do DF, Lula fica ainda mais distante dos moradores do DF?

Essa é a narrativa política de quem procurou se aproveitar desse debate para politizar um tema de grande relevância para o povo do Distrito Federal, esquecendo que a melhor forma de defender o povo é construindo as relações importantes para essa defesa. O Governo do Distrito Federal precisa ser aliado do governo federal, independentemente de suas posições político-ideológicas. Essa relação precisa ser construída com equilíbrio, o que lamentavelmente está em falta hoje no Governo do Distrito Federal. Responder com xingamentos às autoridades federais não é a melhor forma de governar. E isso, nos dias de hoje, é a grande fonte do risco da sustentabilidade de Brasília. Em vez de procurar o diálogo, o Governo do DF ataca o governo federal, como se isso fosse gerar likes dentro daqueles que rejeitam o presidente Lula. É

Rio e DF

Para garantir a realização dos exames, o Ministério firmou convênio com a Geap – Autogestão em Saúde, com um investimento de R\$ 26,1 milhões. O pagamento será realizado para os exames efetivamente concluídos, priorizando a eficiência no uso dos recursos públicos. Os mais de 20 mil servidores do Ministério da Saúde lotados no Rio de Janeiro (RJ) e Distrito Federal (DF) iniciarão os exames periódicos. A oferta inclui exames clínicos, laboratoriais e complementares, como consultas ginecológicas, oftalmológicas, hemogramas, mamografias, PSA para homens, citologia oncológica e testes voltados à prevenção de doenças ocupacionais.

Kayo Magalhaes/CB



Memória

A semana será de eventos para não esquecermos o 8 de janeiro.

“É uma verdadeira exaltação ao nada. Em nenhum momento houve deslocamento de tropas, jamais os comandos militares cogitaram tal intento e nunca as autoridades da República estiveram ameaçadas”

General Hamilton Mourão, senador (Republicanos-RS), ex-vice-presidente

“A democracia é o pilar que sustenta o nosso país e, em momentos de ataque a esse valor, é nosso dever nos levantarmos em defesa dela. No dia 8 de janeiro, às 11h, na Praça dos Três Poderes, estaremos juntos com o presidente Lula no Ato em Defesa da Democracia”

Deputado distrital Gabriel Magno (PT)



Kayo Magalhães/CB/D.A Press



SÓ PAPOS



Ed Alves/CB/DA.Press



À QUEIMA-ROUPA

VALDIR OLIVEIRA, EX-SECRETÁRIO DE DESENVOLVIMENTO ECONÔMICO DO DF

“O Governo do Distrito Federal precisa ser aliado do governo federal, independentemente de suas posições político-ideológicas”

Há espaço para a esquerda avançar no Distrito Federal?

Sempre há. Os ciclos são dinâmicos. As escolhas eleitorais são alinhadas às necessidades da sociedade. Quem responder às necessidades dos eleitores avançará nas conquistas eleitorais no Brasil e, em especial, no Distrito Federal. O brasileiro é um democrata. Nossa cidade nasceu no período difícil do Brasil, quando a repressão matou nossos filhos e nossa liberdade. O 8 de janeiro de 2023 marcou a nossa cidade com a violência de quem não aceitou o resultado da democracia. Mas o pior foi imaginar que as autoridades que deveriam proteger a democracia se abstiveram embalados pelo sono dos omissos ou foram cúmplices da conspiração que culminou nos atos que envergonharam o Distrito Federal perante o Brasil e o mundo. E, hoje, essas mesmas autoridades defendem aqueles que escandalizaram o Brasil com os atos antidemocráticos, minimizando suas intenções, mesmo se apresentando como defensores do Estado Democrático de Direito. A disputa de 2026 não será esquerda x direita, será entre democratas x golpistas, independentemente de suas vertentes ideológicas. Além

dessa disputa maior, o que vale para o brasileiro é a resposta às suas necessidades. A empatia com o povo será o caminho para o êxito no pleito eleitoral. Quem sentir a dor do povo e der resposta às suas necessidades terá o voto e a defesa do nosso povo. Esse será, na minha opinião, o cenário eleitoral de 2026.

Os governadores de esquerda no DF — Cristovam Buarque, Rodrigo Rollemberg e Agnelo Queiroz — não se reelegeram. Há algo em comum?

O que têm em comum é que perderam a reeleição, assim como o Bolsonaro foi o único presidente da República que perdeu a reeleição desde a aprovação desse instrumento constitucional. Isso não pode ser um carimbo de esquerda ou direita, mas de circunstância. Cristovam, Agnelo e Rollemberg governaram em momentos distintos e em circunstâncias diferentes, e seus resultados eleitorais foram respostas a essas adversidades, o que não quer dizer que, em próximas oportunidades, governantes de esquerda não obtenham êxito nessas disputas.

Bolsonaro ganhou nas últimas eleições no DF. Como melhorar a aprovação do presidente Lula na capital do país?

Respondendo à necessidade do povo. A aprovação do presidente Lula no Distrito Federal está diretamente ligada ao atendimento às necessidades do povo de Brasília. E a economia será o grande propulsor dessa avaliação. Se tivermos emprego e renda, principalmente para os mais vulneráveis, teremos a resposta de aprovação nas urnas. O Brasil ainda está muito dividido na polarização que se instalou no mundo. Esse ainda será o tom da eleição. A contaminação da manipulação das redes sociais deixou o ambiente intolerante, mas a forma de vencer isso é sair da polarização e responder às necessidades da população. Não adianta discutir pautas que

A esquerda tem pelo menos dois pré-candidatos ao GDF, Cappelli e Grass. Como decidir quem será o candidato?

São dois grandes nomes entre outros que formam fileiras na defesa da democracia. Mas o grande desafio é construir uma frente ampla que ultrapasse os limites da esquerda. Precisamos juntar nomes de todas as matizes políticas, mas que tenham em comum a defesa da democracia, porque só assim resgataremos o sonho de Juscelino Kubitschek, de uma Brasília desenvolvida, mas que atualmente está presa à política tradicional que torna as políticas públicas reféns de um feudo que está sempre em volta do poder no DF. Está na hora de construirmos uma Brasília para todos e não restrita aos interesses de alguns. Leandro Grass provou ser um progressista com uma sensibilidade humana marcante para quem representar o seu povo. Enfrentou uma eleição desleal nos recursos, mas não perdeu o equilíbrio na defesa das teses progressistas que acredita. É respeitoso e empático. Um bom representante do povo de Brasília. Mas defendendo o nome de Ricardo Cappelli nessa disputa, pelo momento que estamos vivendo e pelo seu preparo para enfrentar os golpistas, como provou quando foi interventor aqui no Distrito Federal. Cappelli tem a ousadia necessária para defender um Estado destravado para gerar desenvolvimento, apoiando o fomento ao empreendedorismo para atender o sonho dos brasilienses. E, como interventor, mostrou equilíbrio e respeito pelas forças militares do Distrito Federal, mostrando como um Democrata deve se comportar diante de uma crise. Enquanto uns dormiam ou se divertiam em arroubos desregrados, ou até mesmo conspiravam nos bastidores da República, Ricardo Cappelli colocava ordem no Distrito Federal. Por isso, defendendo o seu nome e espero que, no momento certo, seja ele o escolhido para essa disputa.



Crônica da Cidade

SEVERINO FRANCISCO | severinofrancisco.dfg@dabr.com.br

Recôncavo e reconvexo

É muito bom escutar música circulando de carro, pela cidade, pois em alguns instantes a gente tem a sensação de flutuar, perdido no espaço. Nós estávamos ouvindo *Reconvexo*, uma das canções preferidas de Caetano Veloso, quando fui lembrado de que a inspiração ou a provocação teria sido uma polêmica com Paulo Francis. Corri atrás da gênese da canção, tentando atar os fios, e ela se tornou ainda mais interessante. Em 1983, o jornalista Roberto D'Ávila levou Caetano Veloso para uma entrevista com Mick Jagger, o vocalista dos

Roling Stones. Ao assistir à conversa, Francis escreveu, na coluna que mantinha na **Folha de S. Paulo**, o artigo *Pajé doce e maltrapilho*, em que desancava Caetano. Segundo Francis, Caetano teve uma postura embaçada e servil ante Jagger. Ao ser perguntado sobre se havia se tornado uma pessoa mais tolerante, o vocalista dos Rolling Stones disse, brincando, que não era, que batia até em crianças. E, ainda, que tentava ser mais tolerante com os latino-americanos. Seria uma humilhação para o “nosso representante no vídeo”, segundo Francis. Francis espicaça Caetano também por ter perguntado qual o lugar do rock na música. Segundo o jornalista, era uma questão de um amadorismo total, servia apenas para seminários de “comunicação” no interior da Bahia. No

entanto, ao assistir ao vídeo do programa *Conexão Internacional*, é possível constatar, facilmente, o erro de Francis. Quem fez a pergunta sobre a tolerância foi D'Ávila e não Caetano Veloso. Na verdade, era Francis quem gania humildade vira-lata pelos Estados Unidos e ditava cátedra sobre o Brasil, diretamente de Nova York, sem espaço para escrever em nenhum jornal americano. Ele era um jornalista talentoso, mas se perdeu quando se desligou do Brasil. E quanto à indagação sobre o rock, Francis tinha um preconceito total ao pop e desqualificava, imediatamente, qualquer manifestação popular. Alguns meses depois, ao participar de uma entrevista coletiva sobre um show e ao ser interpelado sobre a reação de Francis, Caetano deu uma resposta que, nos dias

de hoje, seria considerada homofóbica. Chamou Francis de “bicha enrrustida”, “boneca travada” e “direitista. Não foi a melhor réplica. Como o próprio Caetano disse em *Língua*: “Se você tem uma ideia incrível/É melhor fazer uma canção/Está provado que só é possível filosofar em alemão”. E foi o que ele fez em *Reconvexo*. A inspiração inicial foi uma situação vivida em Roma. Certo dia, Caetano acordou e se surpreendeu com os carros empoeirados. Alguns amigos esclareceram: “Isso é areia, que vem do Deserto do Saara, que o vento traz”. Na letra, Caetano assume aspectos tocantes de sua formação de baiano e de traços culturais brasileiros como se fosse um eu coletivo e contrapõe à figura do “careta” que despreza o Brasil,

personificado por Francis. “Quem não rezou a novela de Dona Canô/Quem não seguiu o mendigo Beija-Flor/Quem não sentiu a elegância sutil de Bobô”. Mas o interessante é que ele não faz uma defesa xenófoba do Brasil. A letra é permeada de referências ao universo internacional pop. A risada de Andy Warol, os brincos do homem negro americano, o swing sutil de Henri Salvador: “Você não me pega/Você nem chega a me ver/Meu som te cega, careta, quem é você?/Quem é você que não seguiu o Olodum balançando o Pelô”. Caetano inventou a palavra reconvexo para se contrapor a recôncavo. “Quem não é recôncavo, nem pode ser reconvexo”. Não poderia haver resposta melhor, mais inventiva, mais poética, mais elegante e contundente a Paulo Francis: “Não tenho escolha careta, vou te descartar”.

EDUCAÇÃO / Alunos aprovados em processo seletivo da rede pública de ensino do DF terão até sexta-feira para garantir uma vaga. Estudantes com deficiência auditiva deverão apresentar laudos ou comprovantes médicos

Matrículas começam amanhã

» HENRIQUE SUCENA

Estudantes com Necessidades Educacionais Especiais (NEEs) aprovados para frequentar unidades da rede pública de ensino, em 2025, e alunos em geral poderão fazer suas matrículas entre amanhã e sexta-feira. Os selecionados estão no site da Secretaria de Estado de Educação do Distrito Federal (SEEDF) — **veja QR Code ao lado**. Na página eletrônica, também é possível confirmar a lista para remanejamento escolar e oportunidades para Educação Profissional e Técnica (EPT) e Educação de Jovens e Adultos (EJA). Para efetivar a inscrição, os pais, os responsáveis dos aprovados ou mesmo esses alunos — se forem maiores de idade — devem apresentar, pessoalmente, na secretaria da instituição educacional escolhida RG, CPF, comprovante de residência, histórico escolar, entre outros documentos do candidato aceito. No caso dos que têm problemas de audição, também devem ser entregues laudos ou diagnósticos médicos que comprovem a deficiência. A SEEDF enfatizou que não envia aos interessados nenhum comunicado sobre o resultado.

Instruções

- » Inscrições entre segunda-feira (6/1) e sexta-feira (10/1)
- » O estudante (se maior de idade), pai ou responsável deve comparecer à escola em que o candidato estudará.
- » A Secretaria de Educação enfatizou que comunicado resultado da seleção aos inscritos.



Consulta de Resultado - Rede Pública de Ensino

Recomendações

A não efetivação da matrícula durante o período previsto implicará perda automática da vaga. Para evitar possíveis problemas e garantir lugar na turma da escola escolhida, a pasta orientou que as inscrições sejam feitas o mais rápido possível. Além dos novos estudantes, aqueles que tiveram suas inscrições

Ed Alves/CB/DA.Press



Secretaria de Educação garante que todos os estudantes aceitos serão alocados nas escolas

encerradas em 2024 — por infrequência ou abandono —, mas que querem retomar os estudos, assim como os que solicitaram remanejamento, também devem comparecer, pessoalmente, às instituições educacionais que pediram frequentar para confirmar suas vagas.

Garantia

Apesar das mais de 25.500 inscrições realizadas para 2025, a secretaria garantiu que a Rede Pública de Ensino está preparada para atender a todos os estudantes aprovados.

A maior procura veio dos candidatos da educação infantil, que recebeu 14.487 inscritos, enquanto os do ensino fundamental foram 7.880.

*** Estagiário sob supervisão de Manuel Martínez**

Documentos

- Documento de identificação do estudante, como Carteira de Identidade/Registro Geral (RG), Certidão de Nascimento ou outro documento oficial com foto;
- CPF do estudante;
- Carteira de Identidade/Registro Geral ou CNH do responsável legal pela matrícula do aluno;
- CPF do responsável legal pela matrícula;
- Declaração Provisória de Matrícula (Deprov) ou Histórico Escolar;
- Comprovante de residência e/ou do local de trabalho, conforme o endereço indicado na inscrição;
- Duas fotografias 3x4;
- Comprovante de tipo sanguínea e fator RH, nos termos da Lei Distrital nº 4.379/2009;
- Carteira de Vacinação, conforme Lei nº 6.345/2019;
- Número de Inscrição Social (NIS) do estudante.
- Para os estudantes com Necessidades Educacionais Especiais (NEEs) será exigida a apresentação de laudos ou diagnósticos médicos.

TRÂNSITO

Ciclistas em perigo

» BRUNA PAUXIS

Um adolescente de 15 anos foi atropelado por uma caminhonete, ontem, no Paranoá, enquanto andava de bicicleta. De acordo com o Corpo de Bombeiros do Distrito Federal (CBMDF), o rapaz sofreu uma forte lesão na cabeça, e também se verificou sangramento, além de suspeita de fratura na perna direita. A vítima foi transportada, em estado grave, ao Hospital Regional do Paranoá (HRP). O acidente ocorreu na Quadra 3, Conjunto F, próximo ao Paranoá Parque. Segundo a Polícia Militar do Distrito Federal (PMDF), o jovem estava consciente ao ser

atendido. A corporação também informou que o veículo era conduzido por uma mulher de 40 anos. Ela teria permanecido no local durante o atendimento, dando esclarecimentos às autoridades policiais. A motoristas foi submetida ao teste do bafômetro e, de acordo com a PMDF, não apresentou sinais de embriaguez. Os militares não informaram os nomes dos envolvidos.

Mais casos

Nos primeiros quatro dias do ano, esse é o terceiro atropelamento de ciclistas no Distrito Federal. Na noite de quinta-feira, uma

Aureliza Corrêa/Divulgação



Três atropelamentos, com uma morte, desde o primeiro dia do ano

mulher de 50 anos ficou ferida após ser atropelada enquanto pedalava, na QE 24 do Guarã 2, próximo à estação de Metrô. Uma equipe do CBMDF, que foi acionada por volta das 20h40, afirmou que a vítima sofreu ferimentos leves e queixava-se de dores nas costas e cintura. Ela foi levada ao Hospital de Base. Quanto ao condutor do carro, um homem de 35 anos e que permaneceu no local até a chegada das autoridades, ele não teve nenhuma lesão. Na quarta-feira, primeiro dia do ano, data teve o registro da morte do farmacêutico Tiago Gonçalves, de 38 anos, atropelado por um carro, na BR-070. Ele chegou a ser reanimado pelo Corpo de Bombeiros e encaminhado ao hospital com vida, porém não resistiu aos ferimentos e morreu horas depois.

No caso de Gonçalves, ao contrário dos outros, o condutor fugiu. Porém, o carro envolvido no acidente foi encontrado pela Polícia Militar do Estado de Goiás (PMGO) na sexta-feira. O veículo estava escondido em uma residência no Setor 10, em Água Lindas de Goiás e apresentava danos na parte da frente, além de marcas de sangue. No mesmo dia, o suspeito, Anderson de Jesus de Souza, de 35 anos, se apresentou a 17ª DP, em Taguatinga. Ele foi encaminhado, ontem, à carceragem da PCDF. Segundo as autoridades policiais, ele será transferido ao sistema prisional, onde permanecerá à disposição da Justiça. O velório do ciclista, realizado na sexta-feira, foi marcado por gritos de “Tiago vive!” e reuniu familiares, amigos, clientes de sua farmácia e colegas do ciclismo.

Obituário

Envie uma foto e um texto de no máximo três linhas sobre o seu ente querido para: SIG, Quadra 2, Lote 340, Setor Gráfico. Ou pelo e-mail: cidades.dfg@dabr.com.br

Sepultamentos em 4 de janeiro de 2025

» Campo da Esperança

Antônio Izaías Rocha, 55 anos
Iran Soares de Souza, 54 anos
Larissa Mourão Marques, 24 anos
Lygia Caldas Pereira, 10 anos
Márcia Sueli Rodrigues Carvalho, 47 anos
Maria Helena Fontenele, 87 anos
Maria Zulma de Oliveira Sousa, 78 anos

Nilsa Antônia da Silva, 80 anos
Pablo Azevedo de Almeida, 46 anos
Regina Gomes de Araújo, 60 anos
Roberto Santana da Silva, 62 anos
Vandora Emídio de Santana, 82 anos
Walce Mattos da Silva, 82 anos

» Taguatinga

Brás Eloy dos Santos, 78 anos
Davi Lucca Gomes Souza, menos de um ano
Domingos da Conceição da Silva, 69 anos
Francisca Alves do Nascimento, 93 anos
Jeferson Fernandes Maia, 50 anos
Jeni Cembranel, 81 anos
Jeová de Freitas Rodrigues, 66 anos

Luzia Roque Pereira, 68 anos
Marcolina Guilhermina de Jesus, 90 anos
Natanael Tavares da Silva, 75 anos
Otílio Cardoso da Silva, 74 anos
Sebastião Aprígio de Oliveira, 74 anos

» Gama
Teresinha Batista dos Santos, 74 anos

» Planaltina

Augusto Gonçalves de Moura, 58 anos

» Brazlândia
Antônio Pereira dos Santos, 78 anos

» Sobradinho
Aladir Correia Martins, 96 anos
Alice Dias dos Santos, 84 anos

» Jardim Metropolitano

Maria do Socorro Silva, 59 anos
Neide da Silva Carvalho, 55 anos
Francisco Eduardo da Costa, 49 anos
Maria de Fátima Souza Liano, 67 anos

» Cremações
Edna Maria dos Santos, 66 anos
Marcelo Rodrigues de Araújo, 49 anos

RELIGIÃO

A Folia de Reis em Planaltina chega à sua 39ª edição e segue mantendo o público que, todos os anos, não abre mão de reverenciar Baltasar, Gaspar e Melchior. A celebração começou na quinta-feira, continua hoje e encerra-se amanhã

Ed Alves/CB/DA.Press



Cecília Rabelo, com imagem do nascimento de Jesus nas mãos, recebe fiéis na casa dela

Ed Alves/CB/DA.Press



Além de cantar e dançar, os foliões almoçam e hospedam-se nas casa dos anfitriões

Tradição de união, fé e bênçãos

» DAVI CRUZ

Cidade mais antiga do Distrito Federal, Planaltina resguarda sua rica memória cultural e religiosa. Entre as celebrações mais tradicionais da região, destaca-se o Dia de Reis, comemorado em 6 de janeiro, festividade que reúne devoção, música e dança em homenagem aos três reis magos — Baltasar, Gaspar e Melchior — que visitaram Jesus em Belém, guiados por uma estrela, após o seu nascimento. Neste ano, a folia chega à sua 39ª edição e segue mantendo a tradição entre os moradores e fiéis.

De acordo com estudiosos, a Folia de Reis tem origem europeia, mais especificamente em Portugal e na Espanha, e foi introduzida no Brasil durante o período colonial. A celebração foi utilizada como estratégia de catequização dos povos indígenas e adaptada ao longo dos séculos às características culturais do país. A celebração é realizada devido ao intervalo entre o nascimento de Jesus Cristo, celebrado no Natal, e a visita dos Três Reis Magos ao filho de Deus.

Em Planaltina, a celebração teve início há quase quatro décadas e se consolidou como parte da identidade cultural e religiosa da cidade. A primeira Folia de Reis foi organizada na Rua Piauí, também conhecida como Rua da Palha, na Vila Vicentina. Joaquim Luiz de Sousa, 67 anos, aposentado, lembra com emoção do início da celebração. “Meu pai e meus avós já participavam dessas folias. É um legado passado de família para família. Eu mesmo comecei a guiar a folia com 19 anos, e hoje, com 33 anos nessa função, sinto um orgulho enorme de manter viva essa tradição”, disse ao **Correio**.

Na edição deste ano, a Folia de Reis começou em 2 de janeiro com uma Alvorada na casa de Almerci e Maria, na Rua Benjamin Constant. Durante o evento, o guia principal distribuiu as missões para os foliões, dividindo funções como cantar, tocar instrumentos e carregar a bandeira, o símbolo máximo da festa, que retrata os Reis Magos e representa a bênção e proteção divina.

Desde então, os foliões têm percorrido as ruas de Planaltina, visitando casas de moradores que recebem a festa com fé e hospitalidade. Segundo a tradição, as bênçãos são concedidas somente em lares que possuem um presépio ou uma imagem do menino Jesus. Em troca, os anfitriões oferecem refeições e repouso para os integrantes do grupo, como demonstração de gratidão e acolhimento. Os rituais diários incluem o almoço e o pouso (hospedagem), quando os foliões cantam, dançam a catira, uma dança típica de palmas e sapateados acompanhados de violas, violão e pandeiros.

Organização

A definição do cronograma da Folia é dois alferes, principais cargos dos integrantes da companhia. Eles são os

Ed Alves/CB/DA.Press



Os foliões e fiéis percorrem as ruas de Planaltina, visitando e abençoando as casas que possuem presépio ou imagem do menino Jesus

Ed Alves/CB/DA.Press



Há 33 anos Joaquim Luiz guia a folia com orgulho de manter a tradição

responsáveis pela guarda de uma bandeira, que retrata o momento em que os reis Baltasar, Melchior e Gaspar apresentaram Jesus com ouro, mirra e incenso. Outra tarefa é a criação de uma oração, baseada na profecia dos Três Reis Magos, na história de Maria e José e no nascimento de Cristo.

Além dos alferes, há contraguias (que fazem o planejamento das rotas), pandeiristas e violeiros, que se unem para garantir a harmonia do evento.

Segundo Marcos Marciel, um dos guias da celebração e participante há 31 anos, as canções são muitas vezes improvisadas e inspiradas pela espiritualidade do momento. “As músicas que cantamos são ensaiadas, mas algumas vêm na hora, como se fossem dadas por Deus. Para mim é uma honra continuar esse trabalho que iniciou em nossa família com meu pai e meu tio”, explicou.

A pensionista, Cecília Rabelo, 65, destaca que a

festividade tem um grande significado emocional. “Nasci e cresci dentro da folia, porque meu pai começou tudo na fazenda que morávamos em outro estado. Receber a Folia de Reis na minha casa me traz alegria por ser um momento de união, fé e felicidade. É um sacrifício que vale a pena pelo amor que sentimos e pela alegria que compartilhamos com a comunidade”, afirmou.

Ana Amélia Oliveira, 40, que assumiu a coordenação da folia

após o falecimento do pai, reforça a importância de manter viva essa tradição. “A Folia de Reis é uma mistura de cultura e religiosidade. Para mim, é emocionante não só organizar a festa, mas também levar a palavra de Deus às casas e dar continuidade ao legado do meu pai”, enfatizou.

Desafios

No decorrer das décadas de 1970 e 1980, a Folia de Reis enfrentou muitos desafios, entre eles, a falta de interesse e até proibições por parte do governo para a sua realização. A celebração chegou a ser transferida para a região do Paranoá, mas foi retomada em 1986, após o esforço e luta de moradores que resgataram a bandeira em prol do retorno da tradição na cidade.

Atualmente, a festa é vista como um símbolo de resistência cultural e religiosa em Planaltina. Para Ana Amélia Oliveira, o objetivo é cultivar e trabalhar para que nunca mais acabe. “Vivemos em uma cidade de tradições. A Folia de Reis é parte da nossa identidade, e é por isso que fazemos questão de mantê-la viva. Queremos que as novas gerações entendam a importância desse legado e, por isso, vamos fazer de tudo para manter essa festa para sempre”, ressaltou.

Programação

39ª edição da Folia de Reis em Planaltina

Terceiro almoço

Hoje, a partir das 13h, na residência de Almira e sua família, na Rua E, quadra 13, casa 22, na Vila Vicentina.

Quarto Pouso

Hoje, a partir das 16h, na casa dos anfitriões Eliezer e Raquel, na rua Rio Grande do Norte, Quadra 72, casa 9, no Setor Tradicional.

Desalvorada

A festividade encerra logo após a última reunião com a Desalvorada e a realização de grande café da manhã.

Convite

A festividade termina amanhã, no Dia de Reis, com uma grande celebração que, segundo a organização, promete reunir centenas de moradores da vizinhança. Um dos alferes, Joaquim Luiz de Sousa, deixa um convite especial para os fiéis. “Essa é uma festa de fé e tradição que não pode ser esquecida. Convidamos todos que ainda não conhecem a folia a virem participar com a gente. É uma experiência única, cheia de amor, união e bênçãos”, reforçou.

» HENRIQUE SUCENA*

O começo de 2025 tem atraído turistas para a capital do país. Tombada como Patrimônio Cultural da Humanidade pela Unesco, Brasília conta com monumentos com entradas gratuitas, que permitem que visitantes conheçam a história da cidade que foi retratada em versos da música Linha do Equador, de Djavan como “Céu de Brasília, traço do arquiteto/ Gosto tanto dela assim”.

A facilidade de locomoção entre as atrações turísticas faz do Eixo Monumental um ponto de grande procura entre turistas, que conseguem conhecer diversos pontos brasilienses em passeios a céu aberto. Esses turistas podem achar informações sobre a cidade por meio do site da Secretaria de Turismo do Distrito Federal (Setur-DF). Lá, é possível achar pontos de interesse na capital de acordo com seus interesses, por meio da Coleção Rotas Brasília, que apresenta quinze caminhos distintos preparados pela pasta que guiam os turistas por diversos pontos de Brasília. Além do site a Setur-DF também conta com postos de atendimento na 308 Sul, Torre de TV (CAT-Móvel), Rodoviária Interestadual, Torre Digital, Casa de Chá e Aeroporto.

A secretaria diz que os visitantes contam com segurança e preços acessíveis na cidade. O 5º Batalhão da Polícia Militar do DF (PMDF), com policiais bilíngues, é especializado nas demandas turísticas. Isso faz com que Brasília seja a segunda capital mais segura do país, de acordo com o Atlas da Violência 2024. O DF também conta com opções de lazer que não pesam no bolso, como parques, bares, restaurantes, espaços cívicos e serviços que atendem a diferentes faixas de orçamento.

Em família

A paranaense Célia Cabral aproveitou os primeiros dias de 2025 para realizar um sonho: conhecer a cidade em que o marido cresceu. Aos 47 anos, ela veio pela primeira vez de Cascavel (PR) com a família para passar o ano-novo e conhecer o antigo lar do homem com quem casou. Apesar da época de chuva, os Cabral dizem estar aproveitando seu tempo no Distrito Federal.

“Queríamos conhecer Brasília pela história da cidade. E também para visitar a cidade onde meu marido cresceu. Nós já conhecemos a Praça dos Três Poderes, o museu, a área dos clubes, a ponte JK e toda a parte do lago. Fomos também no Setor Militar Urbano, porque o pai do meu marido era do Exército aqui, então fomos conhecer tudo por lá também”, disse a paranaense. Ela ainda afirmou que pretendem visitar o zoológico e o Parque da Cidade antes de deixar a capital.

Ao lado da filha, Letícia, Célia celebra a facilidade para achar programas sem custo na capital, o que fez com que o único grande investimento feito para a viagem fossem as passagens em si. Enquanto exploram os monumentos e praças do Eixo Monumental, ela relata um sentimento de segurança, mas critica a falta de acessibilidade que encontrou em pontos da cidade, uma vez que seu marido tem problemas de locomoção.

Alguns visitantes até se atraem com o charme brasiliense e decidem se mudar em definitivo. É o caso de Tales Cherez e Ellen Mesquita, ambos de 36 anos. O casal veio com os filhos para visitar o irmão de Tales, e agora planeja morar na capital, aproveitando a viagem para conhecê-la melhor. Os mineiros de Varginha têm se impressionado com a segurança e o custo de vida da cidade, algo que não esperavam de uma cidade tão grande. “Eu tenho achado muito seguro, tudo bem tranquilo. Não tivemos tantas experiências, porque ainda não deu para passear muito, mas os lugares que a gente foi eu não achei caro, o custo às vezes é até mais barato do que onde moramos”, comentou Tales.

Depois de conhecerem a Catedral em seu primeiro passeio, o casal mineiro agora pretende levar os filhos para visitar outros pontos de Brasília, como o Museu Nacional da República, o Jardim Zoológico e as embaixadas. Ellen afirma que o plano da família é descobrir tudo que conseguir de sua possível nova cidade antes de voltarem para o interior de Minas Gerais.

Procura estrangeira

Não só os turistas de outros estados que procuram Brasília como destino. Há um ano, a capital federal foi o único local no Brasil a ocupar um lugar no ranking do jornal americano The New York Times que listou os 52 melhores destinos turísticos para conhecer em 2024. O quadradinho ficou na 32ª posição da lista e foi apresentado como um destino “ofuscado por outros lugares extravagantes no Brasil, como Rio de Janeiro e Bahia”.

Nesta virada de ano, o canadense Julien Bouchard veio à capital brasileira visitar um amigo, algo que virou tradição para o norte-americano. Aos 37 anos, ele conta que vem com certa frequência para a cidade, dizendo, com uma risada, que já devem ter sido quase 20 viagens.

Já tendo se tornado fluente em português, Julien diz adorar a cidade. Além das visitas ao amigo, o canadense busca Brasília como destino por ser uma cidade segura para estrangeiros e mais acessível que outras metrópoles sul-americanas, como São Paulo. Ainda que tenha vindo em época de chuva, ele afirma estar aliviado por poder trocar o frio inverno do Canadá pelo calor de verão no Centro-Oeste.

Dessa vez, Julien ainda trouxe um outro amigo consigo. Charles Alves Costa, 30, é natural do interior de Pernambuco e ainda não conhecia a capital de seu país. Recém-chegado, ele admite que ainda não teve tempo de passear pela cidade, mas se diz empolgado para explorar os monumentos brasilienses ao lado do amigo gringo.

*Estagiário sob supervisão de Patrick Selvatti

BRASÍLIA, GOSTO TANTO DELA ASSIM

Inspiração para músicos e poetas, beleza da capital federal atrai turistas de todos os cantos. Cidade foi destacada em lista internacional como um dos melhores destinos para se conhecer no mundo



Capital chama a atenção por sua arquitetura futurista



O canadense Julien Bouchard (de amarelo) trouxe o amigo pernambucano Charles para conhecer Brasília



Orla do Lago Paranoá traz à cidade um clima litorâneo



Monumentos como o Memorial JK remetem ao perfil cívico e cultural

A facilidade de locomoção entre as atrações turísticas permite que se conheça diversos pontos em passeios a céu aberto



Tome Nota

As informações para esta seção são publicadas gratuitamente. O material de divulgação deve ser enviado com informações completas do evento (inclusive data e preço), no mínimo cinco dias úteis antes de sua realização.

CURSOS

Senai

O Senai está com inscrições abertas até 18 de março para 4.250 vagas em 52 cursos gratuitos de capacitação profissional. Entre as áreas estão: administração, eletricitista, jardinagem, mecânica, operador de computador, costura e confeitaria. As aulas serão ministradas no Gama, em Taguatinga, no SIG e em Sobradinho. As inscrições podem ser feitas no site sistemafibra.org.br/senai

Libras nas Artes

Intérpretes da língua de sinais que quiserem se aprimorar para trabalhar com o cenário artístico-cultural poderão se qualificar, gratuitamente, com o curso Libras no Teatro. As aulas serão de 6 a 17 de janeiro, no Teatro dos Ventos, em Águas Claras, para duas turmas (matutino e noturno), com 20 vagas cada. A professora é Jhafiny Lima, coreógrafa, dançarina e intérprete de Libras. Mais informações pelo Instagram @librasnoteatro.

Inteligência artificial

A escola da Fundação Itaú disponibilizou o curso gratuito Inteligência Artificial para Educadores. O conteúdo oferece orientações para que professores apliquem a tecnologia em sala de aula e no planejamento de atividades pedagógicas, com ênfase no uso ético e responsável. A formação é certificada, tem duração de 12 horas, e está disponível no site fundacaoitau.org.br/escola.

OUTROS

Stand-Up

Rick Silveira subirá ao palco para falar sobre questões psicológicas, de forma engraçada, como se fosse uma consulta de psicanálise. A performance será no Aplausos Clube de Comédia, em 11 de janeiro, às 20h30. Os ingressos, à venda no site symppla.com, custam R\$ 40 (meia) e R\$ 80 (inteira).

Comédia

O espetáculo *Série B*, dos humoristas Dihh Lopes e Márcio Donato, estará em cartaz em 8 de fevereiro, às 21h, no Teatro da Caesb, em Águas Claras. O show promete muita diversão com histórias nunca antes contadas no palco, em uma dinâmica que visa entreter a plateia durante todo o espetáculo. Os ingressos custam R\$ 55 (meia) e R\$ 110 (inteira) e podem ser comprados no site ingressodigital.com.

Desligamentos programados de energia

» Até o fechamento da edição, não havia desligamentos previstos.

Palestra

Brasília recebe no dia 19 de fevereiro três grandes referências no campo da filosofia, psicologia e comportamento humano: Lúcia Helena Galvão, Rossandro Klinje e Vanessa Rodrigues. Eles se reúnem para a palestra “Vamos conversar sobre a Felicidade?”. O evento será no Centro de Convenções Ulysses Guimarães, com abertura dos portões às 19h. Os ingressos custam R\$ 100 (meia), R\$ 110 + 1kg de alimento não perecível e R\$ 200 (inteira).

Labirinto

A Caixa Cultural Brasília recebe a exposição *Labirinto*, de André Severo, até 9 de fevereiro. Trata-se de uma grande instalação baseada na desconstrução de uma série de imagens coletadas por André Severo durante duas décadas e reelaboradas entre os anos pandêmicos de 2020 e 2021. A exposição está aberta de terça-feira a domingo, das 9h às 21h. Entrada franca.

Exposição

O Museu Nacional da República recebe a exposição *Arte: Estrela do Silêncio*. São 22 obras que contam a história do artista e arquiteto mineiro Marcos Anthony, cujo estilo é marcado por elementos de cubismo, expressionismo e arte contemporânea. A mostra, que foi apresentada em escolas e entidades sociais, tem como um dos diferenciais as obras acessíveis a pessoas com deficiência. Por meio de QR Code é possível ter as informações das telas com audiodescrição e linguagem de sinais pelo celular. Visitação até 15 de março de 2025, das 9h às 18h30.

Artes visuais

Até 12 de janeiro, de terça-feira a domingo, das 9h às 22h, o CCBB recebe a exposição *Indomáveis* presenças, com trabalhos de 16 artistas. São 114 obras que convidam os visitantes a experimentar o mundo que emerge das margens das artes visuais no Brasil. A entrada é gratuita. Ingressos no site bb.com.br/cultura.

Festival de curtas

O Festival Multicultural de Cinema (Femucine) está com inscrições abertas para a mostra competitiva

de curtas-metragens que serão exibidos em sua 3ª edição. O evento, previsto para março de 2025, será no Teatro de Sobradinho. Serão selecionados 12 curtas que tenham como temas as relações humanas, a natureza, os territórios e a diversidade. Filmes de ficção, documentário, híbrido, experimental ou animação com até 30 minutos e classificação indicativa de até 16 anos poderão concorrer. Inscrições gratuitas até 15 de janeiro pelo site femucine.com.br

Hiper-Realismo

Até 12 de janeiro, a Caixa Cultural Brasília apresenta a exposição Hiper-Realismo no Brasil, do artista Giovanni Caramello. As obras capturam a essência da vida, esculpindo em resina, silicone e terracota rostos que parecem respirar e corpos que carregam as marcas do tempo. A obra central, Nikutai, tem 2,5 metros de altura. A exposição vai de terça-feira a domingo, das 9h às 21h, com entrada gratuita.

Teatro

Mãe Raiz, espetáculo criado pelo comediante Glauber Cunha e vivido por sua personagem Dona Sônia, traz aos palcos uma mãe dedicada, firme e cheia de amor, que representa a essência das mães. Nesse novo show, que será apresentado em 7 de fevereiro, Glauber celebra a figura materna de forma divertida, trazendo à tona o cotidiano e as peculiaridades desse universo. Os ingressos custam R\$ 40 (meia) e R\$ 80 (inteira), disponíveis no site symppla.com.

Comédia

Em 22 de fevereiro, às 20h, e 23 de fevereiro, às 19h, no teatro Royal Tulip, estará em cartaz o espetáculo *A última entrevista de Marília Gabriela*. Estrelada pela própria Marília Gabriela e por Theodoro Cochrane, a comédia dramática se passa durante um programa de entrevistas ao vivo, no teatro. Ficção e realidade se misturam e o que era para ser apenas uma entrevista vira um jogo perigoso que revela os arquétipos da relação entre mãe e filho. Os ingressos custam R\$ 80 (meia) e R\$ 160 (inteira) e podem ser comprados no site symppla.com.br.

Forró

O Faiscada, evento que marcou gerações de forrozeiros em Brasília, está de volta. No dia 19 de janeiro, na Oca do Lago, às 17h, a celebração terá a presença da cantora Mariana Aydar e vai relembrar as tradições do gênero musical. Os ingressos custam R\$ 60 (meia) e R\$ 80 (camarote), à venda no site symppla.com.br.

Isto é Brasília

Ed Alves/CB



Espelho meu

A sede do governo do Distrito Federal recebeu o nome de Palácio do Buriti devido à árvore típica do Cerrado plantada em frente à construção. Inaugurado em 1969, por lá já passaram 10 prefeitos nomeados, sete governadores nomeados e 11 governadores eleitos (alguns deles reeleitos). Em frente ao palácio, um espelho d'água reflete a beleza do monumento projetado pelo pelo arquiteto Nauro Jorge Esteves.

Poste sua foto com a hashtag **#istoebrasiliacb** e ela pode ser publicada nesta coluna aos domingos

#istoebrasiliacb

» Destaques

Conexão Digital

» O projeto Conexão Digital oferece cursos gratuitos nas áreas de empreendedorismo digital, produção de conteúdo, posicionamento nas redes, tráfego pago e vendas on-line. O público-alvo são jovens de 14 a 25 anos. Os cursos ocorrem nos meses de janeiro (Paranoá, Estrutural, Taguatinga) e fevereiro (Samambaia). A iniciativa é uma parceria entre a Secretaria de Ciência, Tecnologia e Inovação e o Instituto Sarando as Nações. A pré-inscrição pode ser feita pelo site empreendaconexaodigital.com.

Fotografia

» O Programa Educativo do CCBB Brasília oferece uma experiência para as crianças explorarem o universo da fotografia analógica. Na oficina *Pinhole: A magia da fotografia analógica*, os pequenos têm a oportunidade de usar uma mini câmera fotográfica artesanal, baseada no conceito de câmara escura, para entender o comportamento da luz na formação de imagens. Além de aprenderem sobre essa técnica tradicional, as crianças criam e revelam suas próprias fotografias analógicas, vivenciando o processo de forma prática e divertida. A atividade é para crianças de 8 a 12 anos, todos os sábados e domingos, até 31 de janeiro, sempre às 17h. Entrada gratuita mediante retirada do ingresso no site ccbb.com.br/brasilia

Acompanhe o Correio nas redes sociais

(61) 99256.3846

Quem quiser fazer sugestões ao **Correio** pode usar o canal de interação com a redação do jornal por meio do WhatsApp. Com o programa instalado em um smartphone, adicione o telefone à sua lista de contatos.

/correiobrasiliense

@correio.braziliense

@correio

@correio.braziliense

O tempo em Brasília

Nublado com pancadas de chuva e trovoadas isoladas

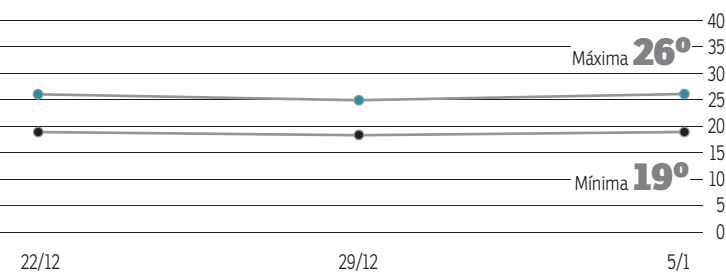


Umidade relativa

Máxima **95%**

Mínima **55%**

A temperatura



O sol

Nascente **6h47**
Poente **19h47**



A lua

Cheia **13/1**
Minguante **21/1**
Nova **29/1**
Crescente **6/1**



grita geral

grita.df@dabr.com.br (cartas: SIG, Quadra 2, Lote 340 / CEP 70.610-901)

GUARÁ

ILUMINAÇÃO PÚBLICA

Gabriel Turial, 24 anos, morador do Guará, cobra melhorias na iluminação da QI 6, em frente ao bloco P. “Os postes das quadras são de luz amarela e a maioria não funciona. Apenas as principais quadras da região são iluminadas, as outras são esquecidas. Fica muito escuro, seria necessário uma fiscalização e policiamento na região”, afirmou.

» *A Administração do Guará adianta que a CEB Ipês vai substituir 2.837 luminárias no Guará até março de 2025 e a cidade atingirá 100% de iluminação em LED. O anúncio foi realizado no fim de novembro durante o lançamento do Plano de Eficientização do Parque de Iluminação Pública do DF.*



CEILÂNDIA

SEGURANÇA PÚBLICA

Morador de Ceilândia, Douglas de Oliveira, 19 anos, reclama da ausência de segurança na QNN 3/5 de Ceilândia Norte. “Falta policiamento e fiscalização na região, a população não se sente segura por ser uma rua onde há tráfego. O consumo de drogas lá acontece à luz do dia, a administração tinha que tomar alguma medida”, descreveu.

» *A Secretaria de Segurança Pública do Distrito Federal (SSP/DF) informa que instituiu o programa DF Mais Seguro. “Investimentos do programa são direcionados para a capacitação das forças de segurança, em que é possível detectar dias, horários e locais de maior incidência de crimes. Em caso de emergência, a Polícia Militar do Distrito Federal (PMDF) está disponível pelo número 190”, concluiu.*

ESPORTES

correio braziliense.com.br/esportes - Subeditor: Marcos Paulo Lima E-mail: esportes.df@dabr.com.br Telefone: (61) 3214-1176

ESTADUAIS

Haja criatividade

DANILO QUEIROZ

Está chegando a hora de o futebol raiz respirar com força em todo o território nacional. A partir de 12 de janeiro, os campeonatos estaduais entrarão em cena, aguçando a rivalidade regional, mas também apresentando aos torcedores os mais diversos tipos de criatividade nas fórmulas de disputa. Há de tudo nas 24 competições previstas para o primeiro semestre de 2025. Desde disputas extremamente simplificadas até modelos totalmente mirabolantes.

Para ajudar o torcedor a se localizar na intensa salada mista de regulamentos, o **Correio** distribuiu os campeonatos do país em selos. Quem optou por não complicar a cabeça do torcedor local ganhou o carimbo “Fórmula Fácil” (azul). Onde há pitada de criatividade em modelo simples está a sentença “Fácil, mas difícil” (verde). Nos estados com mais nuances, a classificação será “Fórmula Intermediária” (laranja). Quem ou sou extrapolar tal limite levou a avaliação de “Fórmula Complexa” (vermelho).

O Distrito Federal está na vanguarda dos simplórios. Não há mistério no Campeonato Candango: todos se enfrentam, os melhores se classificam e os piores são rebaixados. Sete unidades da Federação usam exatamente o mesmo modelo da capital do país. Outros seis optaram por fazer algumas adaptações capazes de “bugar” a cabeça do torcedor mais desatento. No Capixaba e no Potiguar, há uma pegadinha para gerar mais emoção: por lá, ou os times se classificam

Campeonatos domésticos começam neste mês colocando em prática as mais diversas fórmulas de disputa. Há opções para quem curte modelos simples, complexos e até taças de consolação para os eliminados nas 24 competições com início no primeiro semestre

Vitor Silva/Botafogo



Ânimo constrangedor dos jogadores do Botafogo com a Taça Rio de 2023: consolação para times que não avançam às semis no Carioca

ou amargam quedas para a segunda divisão local.

Entre os mais famosos, a moda é inventar um pouco. O Carioca faz de tudo para se apegar ao modelo de taças. No Mineiro e no Gaúcho, as formas de classificação às etapas de mata-mata exigem atenção ao torcedor. No Paulistão, o modelo segue o mesmo dos últimos anos, proporcionando a chance de clubes passarem com menos pontos em relação a possíveis rebaixados. O Paraense até fez questão de montar um modelo bem parecido, mas com uma forma mais justa para definir os destinos de quem participa.

Os modelos mais complexos chegam a ser curiosos. No Piauí, a fase de grupos existe apenas para definir o chaveamento das quartas de final. Ninguém é eliminado nela e os rebaixamentos ocorrem apenas no mata-mata. O Amazonense exige atenção nos cruzamentos e nas mudanças de fórmula ao longo de turnos. O Cearense coloca em prática, até mesmo, uma insólita disputa de terceiro lugar.

Todos esses modelos de disputa serão colocados em prática em pouco mais de dois meses. No calendário disponibilizado pela Confederação Brasileira de Futebol (CBF), o início dos estaduais está autorizado a partir de 12 de janeiro. Cada Federação decidiu a melhor data para colocar em prática. No DF, por exemplo, a emoção começa no fim de semana seguinte (18 e 19/1). As finais, por exemplo, não podem extrapolar a data máxima exigida pela entidade máxima do futebol nacional: 26 de março.

Os regulamentos mirabolantes

Carioca

Apegado à tradição de taças, o Campeonato Carioca tem fórmula simples, mas capaz de confundir o torcedor. Na primeira fase, os 10 times se enfrentam. Os quatro melhores vão às semifinais e o líder é declarado campeão da Taça Guanabara. O mata-mata de semi é da final segue o modelo normal, em dois jogos. Hoje torneio de consolação, a Taça Rio engloba do quinto ao oitavo. O lanterna é rebaixado, mas disputará a segunda divisão no mesmo ano, podendo seguir na elite em 2026.



Paulista

O Campeonato Paulista manteve o formato dos anos anteriores. Com 16 clubes divididos em quatro grupos, as equipes enfrentam os rivais das outras chaves, totalizando 12 jogos. Os dois primeiros avançam e o pior cai de divisão. O formato possibilita a anomalia de times se classificarem com menos pontos em comparação a times rebaixados, por exemplo. No mata-mata, as quartas e semis ocorrem em jogos únicos, com a decisão em ida e volta.



Gaúcho

O Gauchão de 2025 modificou o formato para ser mais compacto. Os 12 clubes foram divididos em três grupos, mas, assim com o Paulistão, não jogam entre si, totalizando oito rodadas. Os primeiros de cada chave e o melhor segundo geral vão à semifinal. Os quatro últimos participam de um quadrangular da morte para definir quem será rebaixado à segunda divisão do Rio Grande do Sul.



Mineiro

O Campeonato Mineiro também utiliza o enfrentamento cruzado em três grupos, com as equipes jogando apenas contra rivais das outras chaves. Os três líderes, além do melhor segundo colocado, chegam às semifinais. A novidade é a extensão da etapa pré-final. Assim como a decisão, as equipes duelam em partidas de ida e volta.



Candango

O Campeonato Candango é adepto de um dos formatos mais simples de serem



compreendidos pelo torcedor. Na primeira fase, os 10 clubes jogam entre si. Os quatro melhores avançam às semifinais, enquanto os dois últimos são rebaixados. Tudo para não complicar a cabeça de quem acompanha o torneio. No mata-mata, os enfrentamentos são definidos em 180 minutos, ou seja, com duelos de ida e volta. O Acreano, o Tocantinense, o Rondoniense, o Alagoano, o Baiano, o Maranhense e o Paraibano seguem o mesmo modelo.

Copia, mas não faz igual

Outros seis estados utilizam a mesma fórmula do Candangão, mas com adaptações para mexer com o coração do torneio. No Paranaense, no Catarinense e no Goiano, oito clubes avançam às quartas. No Mato-Grossense e no Sul-Mato-Grossense, dois vão às semis e quatro às quartas. O Sergipano é mais exigente: um vai à semifinal, enquanto os outros seis se eliminam na quartas para se juntar.



Capixaba e Potiguar

Disputado por 10 times, o Capixaba tem um modelo até simples, mas com um plus de um verdadeiro “ou vai,



ou racha”. Todos se enfrentam em turno único, mas a classificação é peculiar: enquanto oito vão às quartas de final, os dois restantes são rebaixados. Assim, em todas as rodadas, os times de campanha irregular competem entre lugares no céu ou no inferno. O Potiguar usa quase o mesmo formato, mas com dois clubes indo às semis, quatro às quartas e dois rebaixados.

Cearense

No Ceará, a missão também foi gerar uma certa complicação em um modelo simples. Na primeira fase, os dois grupos jogam contra os clubes da outra chave. A classificação é complexa: o primeiro vai à semifinal, o segundo e o terceiro acabam em um playoff de quartas de final. Os outros dois são rebaixados. Por lá, há, até mesmo, uma insólita disputa de terceiro lugar entre os eliminados nas semifinais.



Amazonense

O Amazonense segue o modelo de cruzamento invertido de grupos do Gaúcho, do Mineiro e do Paulista, mas com uma complicação: os três melhores de cada chave avançam,



com os líderes indo diretamente às semifinais e os demais classificados se enfrentando em uma fase de playoff. No segundo turno, os jogos são dentro dos grupos, com o mesmo formato de classificação. Os campeões de cada turno se enfrentam na super final.

Piauiense

O Piauí tem um dos formatos mais complexos do país. Os oito times foram divididos em dois grupos e todos avançam (!?). O cruzamento das quartas (ou segunda fase, como é chamada) é em formato olímpico. Aqui há novas invenções: os rebaixados são definidos nesta etapa e serão os dois eliminados de pior campanha. Semifinal e final ocorrem em mata-mata, com dois jogos cada.



Paraense

Tem o formato parecido ao Paulistão, mas simplificado. Nos três grupos, entrentam-se os times das outras chaves. No entanto, quem manda é a classificação geral: os oito primeiros colocados avançam às quartas de final, e os dois últimos colocados são rebaixados.



SOBRADINHO

Recém-promovido à primeira divisão do Campeonato do Distrito Federal como campeão da Série B no ano passado, o Sobradinho oficializou, ontem, a contratação do goleiro Sidney Aparecido Ramos da Silva, o Sidão, de 42 anos, como havia antecipado o **Correio** em 27 de dezembro. Com passagem por São Paulo, Botafogo, Vasco e Goiás, o jogador estava no Paraná Clube e ajudou o time a subir para a primeira divisão do Estadual.

GRÊMIO

O técnico Gustavo Quinteros desembarcará em Porto Alegre (RS) hoje para assumir o Grêmio. O ex-comandante do Vélez Sarsfield (ARG), anunciado no último dia 28, começará os trabalhos no novo clube apenas na segunda-feira, no CT Luiz Carvalho. Quinteros chegará com os auxiliares Leandro Deábato, Maximiliano Quezada e Rodrigo Quinteros. Além deles, virá o preparador físico Hugo Roldán Hernán Mauricio, todos ex-Vélez.

BOTAFOGO

O Dínamo Moscou negou a segunda proposta do Botafogo pelo meia-atacante Bitello, de 24 anos. Os cariocas ofereceram 13 milhões de euros (R\$ 82 milhões na cotação atual) para contar com o jogador. A proposta foi negada mais uma vez. A diretoria carioca tentará nova investida pelo jogador. O Glorioso conta om o desejo do jogador de defender o atual campeão do Brasileirão e da Libertadores em 2024.

FLUMINENSE

O Fluminense anunciou ontem a contratação do zagueiro Juan Pablo Freytes, ex-Alianza do Peru. Ele se apresentou no Centro de Treinamento Carlos Castilho, realizou exames médicos e assinou vínculo em definitivo com o Tricolor até o fim de 2028. Estou muito contente pela oportunidade. Para mim, é um clube enorme e que muitas vezes só vi pela tevê. Espero muitas conquistas e vamos fazer história”, disse o argentino.

FLAMENGO

O gerente de saúde e alto rendimento do Flamengo, Marcio Tannure, foi demitido ontem pela nova diretoria rubro-negra. A reunião aconteceu no Ninho do Urubu e contou com a presença do presidente Luiz Eduardo Baptista, o Bap. O dirigente quer uma nova organização no setor. José Luiz Runco retornará ao clube após nove anos. Ele ocupará o cargo de diretor médico geral e indicará indicar profissionais.

ESPORTES

CRUZEIRO Casamento de Gabigol com time celeste começa com juras de amor, grito de “cabuloso” e alfinetadas no Galo e em Tite

Astro tem recepção 5 estrelas

LUIZ HENRIQUE CAMPOS
JOÃO VÍCTOR PENA

Belo Horizonte — Gabigol chegou ao Cruzeiro! O atacante foi oficialmente apresentado à torcida no Mineirão, em Belo Horizonte, ontem à tarde, com muita festa. O jogador de 28 anos levou mais de 40 mil torcedores ao estádio para uma série de eventos, que contou, ainda, com a presença de outros reforços.

“Primeiramente, agradecer a Deus por este momento, agradecer ao nosso Pedrinho, porque realmente sem ele isso não teria acontecido. Muito feliz, muito animado. E é o Cabuloso, c***!”, vibrou o centroavante, ídolo do Flamengo, ao lado do empresário Pedro Lourenço, dono da Sociedade Anônima de Futebol celeste.

O novo camisa 9 da Raposa chegou em meio a crianças, subiu em um palco montado na saída do túnel do Mineirão e foi muito aplaudido. Fumaças das cores azul e branco, além de fogos de artifício, foram lançados ao ar para recepcionar o centroavante. O momento também foi registrado de perto por drones que sobrevoaram o gramado.

Um mosaico 3D com uma foto de Gabriel foi erguido no Setor Laranja do Mineirão. A reprodução da imagem do atacante evidenciou a tradicional comemoração do muque.

Gabriel Barbosa também teve uma interação com duas jogadoras do time feminino do Cruzeiro — a meia Byanca Brasil e a atacante Vanessinha. As duas deram uma placa de boas-vindas ao centroavante da equipe masculina.

Gabigol, então, deu uma volta olímpica ao redor do gramado do Mineirão. Antes de descer para o túnel, interagiu rapidamente com a torcida do Cruzeiro e posou para fotos com a família e a namorada Rafaella Santos, com quem assumiu o relacionamento na entrevista coletiva.

Provocações

O clima leve deu lugar a uma brincadeira entre Pedrinho e Gabigol. O dono da Raposa citou um diálogo que teria tido com o jogador. “Ele falou que se fosse

para vir um técnico aí, ele não viria”, disse. Gabigol rebateu com uma indireta para o ex-técnico, Tite. “Eu não falei, mas falo agora: é verdade”, afirmou dando risada.

A relação de Tite e Gabigol não é das melhores há um tempo. No fim do ano passado, após a conquista da Copa do Brasil com o Flamengo em cima do Atlético, o jogador comentou as desavenças. “Claro que foi um ano conturbado para mim, individualmente. A questão do doping, depois tinha um treinador que não me respeitava como jogador”, desabafou em entrevista ao *Premiere*, em novembro, na Arena MRV.

O dia teve Gabigol como maior estrela no Mineirão. Contudo, outros reforços também foram apresentados à torcida: o lateral-direito Fagner (ex-Corinthians), o volante Christian (ex-Athletico-PR), os meias Eduardo (ex-Botafogo) e Rodriguinho (ex-América), além do atacante Dudu (ex-Palmeiras). O também atacante Bolasie (ex-Criciúma) não compareceu ao evento.

O êxtase deu lugar a desafios e alfinetadas. “É até difícil de falar. Estou muito emocionado de receber os nossos jogadores aqui hoje, ver essa torcida. É uma coisa que eu nunca esperava que acontecesse na minha vida. Estou muito feliz, melhor impossível”, disse Pedro Lourenço, dono da SAF.

Em seguida, ele mandou recado para a torcida. “Meu objetivo é fazer essa torcida feliz. Espero que deem certo nossos projetos, com os jogadores que estão vindo. Que façam essa torcida vibrar como tem sempre vibrado e que deem muitas alegrias para nós”, completou.

Responsável pela montagem do elenco, Alexandre Mattos polemizou ao apontar Pedro Lourenço como maior ídolo da história do clube. “Quero apresentar para vocês a maior contratação de todos os tempos dos 104 anos do Cruzeiro. Eu respeito todos os grandes ídolos que passaram pelo Cruzeiro. Todos: Tostão, Dirceu, enfim, todos os grandes ídolos. Ele, sem dúvida alguma, está na galeria dos maiores ídolos do Cruzeiro. Para mim, é o maior ídolo do Cruzeiro”, surpreendeu Alexandre Mattos.

Gustavo Aleixo/Cruzeiro



Gabriel Barbosa desembarcou em Belo Horizonte no jatinho do do dono da SAF do clube, Pedro Lourenço, e seguiu direto para o Gigante da Pampulha

O que o camisa 9 disse

Alexandre Mattos

“Vou contar aqui uma fofoca para vocês. O primeiro dia que ele (Alexandre Mattos) foi lá em casa para assinar as coisas, eu realmente falei pra ele que meu coração não estava pronto. Ele recebeu isso não tão bem, mas depois, a gente conversando e explicando o meu jeito de ser, ele entendeu. Depois, quando eu tomei a decisão de assinar esse contrato, eu estava de coração e alma aqui dentro. O que posso prometer não são títulos, não é gol, e sim dedicação.”

Novos companheiros

“Com Matheus (Pereira), não falei. É um craque, nosso camisa 10. Tudo passa por ele. O que a gente espera é se conectar fora de campo, entender nossa vibe para transmitir dentro de campo. Com Dudu, a gente se fala há um bom tempo. Nas férias, nos falamos.

Quase nos encontramos. Falei também com o Fagner.”

Adaptação

“Tenho uma carreira vitoriosa, com números expressivos. Creio que estou aqui porque Deus planejou. Estava num grande clube há seis anos. Espero me adaptar ao estilo de jogo (do técnico Fernando Diniz). Muitas coisas no outro time se resolvia com entrosamento. Preciso criar rotina dentro de campo, fora também, que é uma nova cidade. Pode ter certeza que, saindo daqui, vou começar a estudar, ver vídeos, falar com o treinador.”

Fase

“Estou no melhor momento como jogador e pessoa. Todo mundo fala que minha última temporada não foi bem, mas tive dois títulos, fazendo gol na final. Se não for tão bem e ganhar dois, está maravilhoso.”

Rivalidade

“Eu sei que aqui tem rivalidade imensa. Nunca vivi uma rivalidade tão grande. O que posso dizer é que respeito muito o Atlético. Grande clube. Mas o maior de Minas é o Cruzeiro. Quando jogar contra eles, vai ser de igual, entre aspas, de igual para igual. A gente sabe da rivalidade. Encontrei o Djonga (rapper, torcedor do Atlético) em Trancoso (BA) e disse que tenho muita sorte. Poucas vezes, perdi para o Atlético. Primeiro título lá foi eu que ganhei. Agora é fazer história no Mineirão.”

Seleção Brasileira

“Por todo o carinho e esforço que fizeram por mim, o Cruzeiro merece estar sempre na frente de tudo. E depois, é claro, a Seleção é um objetivo. Primeiro, o meu objetivo é estar com meus companheiros, poder ajudá-los

e depois, as coisas acontecendo naturalmente, sim, a Seleção sempre é um objetivo.”

Recepção

“Todas as vezes que eu mudei de clube foi algo muito grande, na Inter de Milão foi algo muito grande, no Flamengo também, mas realmente aqui foi algo que eu não esperava. Só tenho que agradecer e, me dedicar, me empenhar em cada momento para poder a retornar um pouco da alegria que eles fizeram eu passar aqui hoje. Me sinto em casa, tô bem, vi ali alguns jogadores já. Muito ansioso para poder começar a trabalhar e devolver um pouco do carinho que eles estão dando pra mim.”

Namorada

“Minha família está aí, meus amigos, as pessoas que eu considero, a minha namorada (Rafaella Santos).”

CORINTHIANS

Garro causa acidente com morte na Argentina

Após se envolver em um grave acidente de trânsito na Argentina na madrugada de sábado, o meia Rodrigo Garro, do Corinthians, chegou a ficar detido para prestar depoimento, mas foi liberado e está em casa. O jogador dirigia uma caminhonete quando atingiu um motociclista, que morreu no local.

Garro conduzia uma Dodge RAM e ia acompanhado por uma pessoa que não ficou ferida. Eles colidiram frontalmente com o motociclista, que estava em uma Guerrero 110 cc, na tentativa de entrar na rua 108 enquanto trafegavam pela rua 300, de General Pico, em La Pampa, região central da Argentina.

O Corinthians disse que não se manifestará até que o caso seja esclarecido. O diretor jurídico do clube, Vinicius Cascone, confirmou que Garro está em casa e aguarda o encaminhamento do caso pelas autoridades argentinas.

Segundo o *Diário Olé*, a princípio, o caso é tratado como homicídio culposo, quando não há intenção de matar. O teste de alcoole-

Reprodução Internet



O Corinthians informou que Garro depôs, foi liberado e está em casa

mia apresentou variação positiva mínima segundo a apuração.

A vítima do acidente é Nicolás Chiaraviglio, de 30 anos, conforme o relato do portal local *En Boca de Todos HD*. Em contato com o veículo de imprensa, um representante da segurança de La Pampa, Francisco Javier Cuenca, afirmou que a perícia será fundamental para determinar a culpabilidade e

como se deu o acidente. Moradores apontam a falta de sinalização adequada como um fator de risco para quem trafega na região.

Garro, de 26 anos, chegou ao Corinthians no início da temporada passada e é foi um dos destaques do time. O meia teve passagem anterior pelo Talleres, de Córdoba, e passa férias em sua cidade natal, General Pico.

TÊNIS

Campeão, João Fonseca parte rumo ao Grand Slam

Empolgado após a conquista do Challenger de Camberra madrugada de ontem, ao derrotar o estadunidense Ethan Quinn por 2 sets a 0, com duplo 6/4, o tenista João Fonseca prepara as malas para nova viagem na Austrália. A próxima parada é Melbourne, onde disputará o qualificatório para a chave principal do Grand Slam australiano.

“Consegui me adaptar rapidamente ao estilo de jogo”, afirmou João Fonseca em análise sobre sua atuação na final deste sábado. “Estou feliz com o resultado de hoje e por estar completando 10 vitórias consecutivas. Essa era uma das minhas metas. Emendar boas semanas, sem oscilação.”

O grande número de torneios em uma temporada de tênis provoca movimentos naturais no desempenho de cada atleta. Até mesmo a mudança de piso (duro, saibro ou grama) também é uma causa típica para esses desentaxos. Por isso, antes de cada Grand Slam, os tenistas participam de torneios de menor grau de importância para se

Reprodução/Instagram/Joaoffonseca



João Fonseca, 18, comemora o Challenger de Camberra, na Austrália

ambientar com a quadra.

O Aberto da Austrália, assim como o US Open, é disputado em piso duro, o que faz o jogo ganhar agilidade pela baixa absorção de energia pelo solo a cada quique da bolinha. Já o Torneio de Wimbledon é na grama, e Roland Garros, no saibro (terra batida, mais lento).

Para manter o grande nível, João Fonseca contará com o apoio fisioterápico durante sua viagem.

O brasileiro se considera bem para emendar mais um torneio e quer levar consigo a confiança conquistada com os títulos recentes.

“Vou para Melbourne. Estou desgastado com a semana, mas me considero bem fisicamente. Estou viajando com o fisioterapeuta e me sentindo muito bem. Vamos com tudo. Quero levar essa confiança dos últimos torneios para o qual e ir bem na chave principal”, disse.

CINEMA / O diretor de *Ainda estou aqui* indicou uma lista das melhores fitas de todos os tempos

Os 10 filmes de Walter Salles

» MARIA LUÍSA VAZ*

Walter Salles, diretor de *Ainda Estou Aqui* e *Central do Brasil*, participou da composição da lista de melhores filmes de todos os tempos realizada pela revista britânica *Sight and sound* e atualizada a cada 10 anos.

A publicação é feita por diretores, com 460 votantes. A última edição, de 2022, contou com a participação de seis cineastas brasileiros: Walter Salles, Affonso Uchoa, Gabriel Mascaro, Karim Ainouz, Kleber Mendonça Filho e Maya Da-Rin.

Confira a lista completa de Salles, em ordem cronológica:

Sete Oportunidades, de Buster Keaton (1925): um corretor, passando por dificuldades, descobre que se ele se casar até as 19h do seu aniversário — que é hoje — ele herda R\$ 7 milhões de um parente excêntrico.

A paixão de Joana d'Arc, de Carl Theodor Dreyer (1927): no clássico do cinema francês, a jovem camponesa

Joana D'Arc é condenada à morte por ter liderado o povo francês contra o exército invasor inglês, dizendo que foi inspirada por Jesus e São Miguel.

Roma, Cidade Aberta, de Roberto Rossellini (1945): nessa obra-prima do neorealismo italiano, durante a Segunda Guerra Mundial, um dos líderes da Resistência planeja entregar um milhão de liras para seus compatriotas. Mas não demora muito para que os nazistas o encontrem.

Era uma vez em Tóquio, de Yasujiro Ozu (1953): um casal vai a Tóquio visitar os filhos, que os recebe com indiferença. Apenas a nora deles, que perdeu o marido na guerra, dá atenção aos dois. Quando a mãe fica doente, a família vai visitá-la, e sentimentos complexos são revelados.

Rastros de Ódio, de John Ford (1956): um dia após Ethan Edwards ir para o Texas ver o irmão, comanches invadem o rancho e matam o irmão e a esposa, e sequestram as duas filhas do casal. Ethan parte então em uma busca vingativa pela sobrinha, que dura mais de cinco anos.

Divulgação



O cineasta Walter Salles participou da enquete que a revista *Sight and sound* faz a cada 10 anos

Acrossado, de Jean-Luc Godard (1960): Michel Poiccard rouba um carro e foge para Paris. No caminho, ele mata um policial que tentou prendê-lo por excesso de velocidade. Na cidade, persuade uma estudante a escondê-lo no apartamento dela, e começa a se relacionar com a jovem.

Vidas Secas, de Nelson Pereira dos Santos (1963): adaptação da obra de Graciliano Ramos, uma família miserável tenta escapar da seca no Sertão nordestino. Fabiano, Sinhá Vitória, seus dois filhos e a cachorra Baleia vagam sem destino e já quase sem esperanças pelos confins do interior.

A batalha de Argel, de Gillo Pontecorvo (1966): o povo da Argélia decide que não seria mais explorado, mas a França não está disposta a deixar que o país se torne independente. Começa uma batalha em Argel, capital do país, travada entre a tropa francesa e a Frente de Libertação Nacional.

Memórias do Subdesenvolvimento, de Tomás Gutiérrez Alea (1968): logo após a revolução cubana, os pais, amigos e a esposa de Sérgio abandonam a ilha e partem para Miami. Subitamente sozinho em Havana, ele passeia pelas

ruas, acompanha as mudanças e conhece a jovem Elena.

Profissão: Repórter, de Michelangelo Antonioni (1975): David Locke é um jornalista em viagem a trabalho no Deserto do Saara. No hotel, conhece um homem muito parecido com ele que morre repentinamente. David assume a identidade do falecido na espera de levar uma vida mais interessante, mas logo descobre que o homem era um traficante de armas.

*Estagiário sob a supervisão de Severino Francisco

CRUZADAS

Transtorno geralmente associado ao déficit de atenção (Psíqu.)		↓	Ação afirmativa em universidades públicas		Desobediente	↓	Função das pedagogas	Recipiente em que se amadurece o vinho		↓
							↓	Palco dos blocos de Carnaval		↓
→	↓						↓		↓	
Lamentação; queixa (fam.)			Lenda do Cinema hollywoodiano, ficou famoso após o filme "Taxi Driver"					Cidade da Caldeia (Ant.)	→	
"Infinito (?)", sucesso de Marisa Monte	→		↓							
→							←	101, em romanos		
					Herpes (?), infecção viral transmitida por contato íntimo			Forma reduzida de bicampeão		E, em inglês
Obsessão constante da anoréxica		Diz-se dos filmes de baixo orçamento	→			→		↓	↓	
→								Neodímio (símbolo)	→	
Disputa (fig.)		Feito registrado pelo "Guinness Book"	→			↓		Rato, em inglês	↓	
Dieta, em inglês					Constelação localizada ao Sul de Escorpião	→				Área mais cara de cidades litorâneas
→										
Os indivíduos "sem papas na língua"		O popular X9	→							↓
		Vermelho, em inglês								
→		↓						"Contrário", em "antissocial"		
→					Fator que o daltônico não identifica		Deus dos xiitas	→	↓	
							Fora, em inglês			
Habitação de Eva					↓		↓			
A insalubridade, em relação ao salário	→									
Depreciativo		Forma do cabo do guarda-chuva							←	José Bonifácio, para Pedro II
→		↓								

BANCO 3/and — ara — out — rat — red. 4/diet. 10/pejorativo. 40

© Ediouro Publicações — Licenciado ao Correio Braziliense para esta edição

CRUZADAS DE ONTEM

		A	VU	V					
G	E	N	T	I	L	I	C	O	
R	E	V	E	R	E	N	D	O	S
S	A	A	E	L	S				
T	P	I	O	R	A	D	A		
S	O	L	U	C	A	S	E		
C	O	P	A	A	V	B	O	X	
P	N	I	S	S	E	I	C		
C	U	A	B	I	L	T	R	E	
B	R	A	S	O	E	E	L		
L	A	G	O	N	O	R	T	E	
V	I	R	A	L	A	T	A	N	
C	A	E	D	O	C				
F	A	C	A	A	T	A	R	I	
A	B	U	S	O	T	O	A		

#FaçaCoquetel

Assine e receba no conforto da sua casa!

Acesse nosso site!

GO QUE TEL

SUDOKU DE ONTEM

8	3	4	6	7	9	2	1	5
6	5	2	4	8	1	7	9	3
7	9	1	3	5	2	6	8	4
2	6	3	8	9	5	1	4	7
5	8	7	1	4	6	9	3	2
4	1	9	7	2	3	8	5	6
9	7	5	2	1	4	3	6	8
1	2	6	5	3	8	4	7	9
3	4	8	9	6	7	5	2	1

FALA, Zé

Humor

por José Carlos Vieira >> josecarlos.df@dabr.com.br

Arquivo Pessoal

Extra! Extra!

Vem aí um novo partido político: "A Carreta Furacão"!

FRASES DA SEMANA DO MEU AMIGO MOSQUITO, O GABRIEL GARCÍA MÁRQUEZ DE BOTEÇO

"Mais feio que harmonização facial de cantor sertanejo"

"O réveillon em Copacabana deu menos gente que a vitória na Libertadores"

"Entra ano, sai ano e eu no saldo devedor" (que coisa!)

"Não me convide mais para bolão da Mega da Virada, por favor"

CONVERSA NO BAR DO MAGAL

— Você não tira a camisa do Botafogo nem para lavar?

— Tiro sim, é que eu tenho 365 delas (kkkkk)

POEMINHA

Há dor que mata a pessoa
Sem dó nem piedade.
Porém, não há dor que doa
Como a dor de uma saudade.
Patativa do Assaré

Um abraço!!!
(de amor e de luta em 2025)

SUDOKU

					3			
3	4	6		8		2		
			6					1
5		3				6		
9								
	8	1					4	
					5		8	6
6								5
		9	4		1		3	

Grau de dificuldade: fácil www.cruzadas.net

Diversão&Arte

Brilho do Cinema BRASILEIRO

» RICARDO DAEHN

Um quarto de século depois, a conjuntura se repete: lá está Fernanda Torres, às raias da vitória como melhor atriz, no Globo de Ouro, na defesa do também indicado a melhor filme internacional *Ainda estou aqui*. Numa prévia, a influente revista *Variety* a coloca como primeira da lista de apostas. Com o mesmo diretor do filme, Walter Salles, depois de uma estrada pavimentada por vitórias no Festival de Berlim, no clássico *Central do Brasil* (quando a atriz Fernanda Montenegro e o filme se viram consagrados), Fernanda Torres pode ir tão longe quanto a mãe, que, às vésperas dos anos 2000, concorreu ainda ao Oscar, em um longa também candidato na categoria de filme internacional. As indicações para a estatueta da Academia serão conhecidas no próximo dia 17. Hoje, logo mais, à noite, *Ainda estou aqui* pode obter prêmios Globo de Ouro, na 82ª edição da cerimônia, no Hotel Beverly Hilton (Los Angeles). Em 1999, vale a lembrança, *Central do Brasil* logrou o Globo de Ouro, mas foi barrado na vitória do Oscar pelo despotar do múltiplo talento de Roberto Benigni, ator, diretor e roteirista de *A vida é bela*, representante da Itália. A festa de premiação, hoje, chega em exibição pelo TNT e ainda pelo serviço de streaming Max, tudo a partir das 22h.

É bem verdade que, em 1999, ano do fenômeno *Central do Brasil*, os títulos alinhavados na disputa ao Globo de Ouro faziam a concorrência menos acirrada: havia o consagrado Carlos Saura à frente de um musical (*Tango*); um filme polêmico dinamarquês (*Festa de família*) e uma fita mexicana (*Homens armados*) conduzida por norte-americano, além de um representante dos Países Baixos (*A noiva polonesa*). Na noite de hoje, o filme brasileiro (premiado, pelo roteiro, no Festival de Veneza) sobre os desdobramentos da ação da ditadura sententista na família do político Rubens Paiva terá concorrentes literalmente de outro: três grandes destaques no Festival de Cannes (*Emilia Pérez*, *A semente do fruto sagrado* e *Tudo que imaginamos como luz*); uma fita polaco-dinamarquesa (*A garota da agulha*), e, novamente, um produto da Itália (que, na história, só de Oscar, já venceu 11 estatuetas), Vermiglio.

Se, de vez em quando, alguém (no Brasil) faz algo que é compreendido internacionalmente, como já defendeu a atriz Fernanda Torres, a medida de uma compreensão minuciosa da personagem que ela estampa em *Ainda estou aqui*, é rara e singular. Eunice Paiva era mãe de cinco filhos quando foi jogada à condição de viuvez incerta, com

Sony Pictures/Divulgação



Revista *Variety* aposta na atriz de *Ainda estou aqui*

Searchlight Pictures/Divulgação



A verdadeira dor multiplica o talento de Jesse Eisenberg (E)



Adrien Brody, o ator de *O brutalista*

o desaparecimento do marido. Ao Los Angeles Times, Fernanda decidiu parte da pesquisa pela personagem morta há seis anos: "As entrevistas dela eram tão incríveis porque ela era sempre educada, gentil. Ela sempre tinha um sorriso e, ao mesmo tempo, era tão inteligente, racional, persuasiva, muito feminina, mas poderosa", enumerou.

Com chances de burburinho na lista do Oscar, dois concorrentes ao Globo de Ouro de melhor filme estão com campanhas enfraquecidas: Um completo desconhecido traz as comentadas interpretações de Timothée Chalamet e Edward Norton, num filme que cerca a figura folk Bob Dylan, enquanto *Setembro 5* se atém a eventos terroristas nas Olimpíadas de 1972, televisionados por equipe da ABC Sports. *Nickel Boys*, que registra racismo nos anos de 1960, e *Duna: Parte 2*, outros concorrentes ao prêmio central, ainda estão opacos nas candidaturas ao Globo de Ouro.

Efeito qualitativo

Noutro patamar, estão dois dos candidatos a melhor drama, *Conclave* e *O brutalista*. O primeiro traz a direção do alemão Edward

Berger, reconhecido por *Nada de novo no front* (2022), ao passo que *O brutalista* coloca em evidência o lado diretor de Brady Corbet, lembrado por trabalhos como ator ao lado de diretores icônicos, como Michael Haneke e Lars von Trier. Candidato a sete Globo de Ouro, *O brutalista* retrata uma virada de mesa para um arquiteto foragido da situação violenta na Europa, no pós-guerra. Conclave, pela vez, revela os bastidores conspiratórios numa eleição interna do Vaticano, a partir de livro Robert Harris, com destacados personagens para Ralph Fiennes e de Isabella Rossellini, ambos indicados ao Globo de Ouro no filme que acumula seis indicações.

Junto com a diferenciada indicação do consagrado francês Jacques Audiard (de *O profeta* e *Ferrugem e osso*, além de *Dheepan*), pelo sucesso *Emilia Pérez*, duas mulheres estão bem situadas na disputa pela melhor direção: Coralie Fargeat (do filme sensação *A substância*, que colocou as atrizes Demi Moore e Margaret Qualley na disputa) e Payal Kapadia, bem-sucedida pela conquista do Grande Prêmio do Júri, no Festival de Cannes,

por Tudo que imaginamos como luz. O criador de *Anora*, Sean Baker, lembrado pelos cinéfilos brasileiros pelas participações no Biff e no *Fic Brasília*, também está em completa evidência pela direção do prestigiado longa.

A passos da nova presidência de Donald Trump, o ator Sebastian Stan (de *O aprendiz*, que interpreta o político ainda em formação) está presente no Globo de Ouro em dupla exposição: por *O aprendiz* (em que brilha ainda o coadjuvante Jeremy Strong) e por *Um homem diferente*, lançado nos cinemas em dezembro. Sem considerar as 12 categorias reservadas aos produtos televisivos, o Globo de Ouro, pelo lado do cinema, promete projetar nomes como Jesse Eisenberg, o ator e roteirista de *A verdadeira dor*; a dupla de cantoras e atrizes de *Wicked* Ariana Grande e Cynthia Erivo; outra dupla (Zoe Saldana e Selena Gomez) reunida em *Emilia Pérez* e o talentoso Gabriel LaBelle (descoberto por Steven Spielberg em *Os Fabelmans*), destacado como melhor ator de comédia, em *Saturday Night: A noite que mudou a comédia*, ao interpretar o lendário produtor de tevê Lorne Michaels.

Na trilha dos PRÊMIOS

Na escalada de Fernanda Torres a um possível Oscar, a ausência nas finalistas *Critics Choice Awards* pesa, mas, em sociedade com a mesma entidade, na quarta edição da Celebração do Cinema e da Televisão Latina, em outubro passado, a brasileira de *Ainda estou aqui* foi premiada como atriz internacional. Além de estar no radar do Greater Western New York Film Critics Association, ao lado de concorrentes, como Mikey Madison e Pamela Anderson, Fernanda Torres ainda obteve (ao lado de Demi Moore, vista em *A substância*), a segunda posição de melhor atriz, numa votação da Associação de Críticos de Los Angeles.

Na esfera do sindicato que, grosso modo, tem alto peso nas indicações para o Oscar, (o *Screen Actors Guild*), Fernanda Torres só saberá das indicações em 8 de janeiro. Já a cerimônia de premiação dos membros da entidade será em 23 de fevereiro.

Outra sinalização do efeito na campanha rumo ao Oscar será sentido no 26 de janeiro com os resultados do Satellite Awards, que, desde 1997, vota pelos melhores do cinema. Formado pela International Press Academy, primeira instituição a adotar a nomenclatura de "filme internacional", no lugar de estrangeiro, Fernanda Torres compete com seis colegas, entre as quais Saoirse Ronan, de *The outun*, e Lily-Rose Depp, de *Nosferatu*.

Também um termômetro importante para o Oscar, o Bafta (da Academia britânica de cinema) afunilará a lista de indicados em 15 de janeiro (com solenidade de premiação em 16 de fevereiro). Por fim, Fernanda Torres ficou em alta, no circuito de representantes internacionais da imprensa, ao lado de jornalistas do The Hollywood Reporter, *Variety* e *The Wrap*, como finalista ao Discussing Film Global Critic Awards, que teve candidatos apontados no domingo passado.

Gabriel LaBelle na comédia *Saturday Night*

Emilia Pérez: atenção para o musical

Pathe/Divulgação



Isabella Rossellini, rara presença feminina em *Conclave*

Focus Features/Divulgação



GURULINO
Humor contemplativo & espirituoso
por Pedro Sangeon



@gurulino

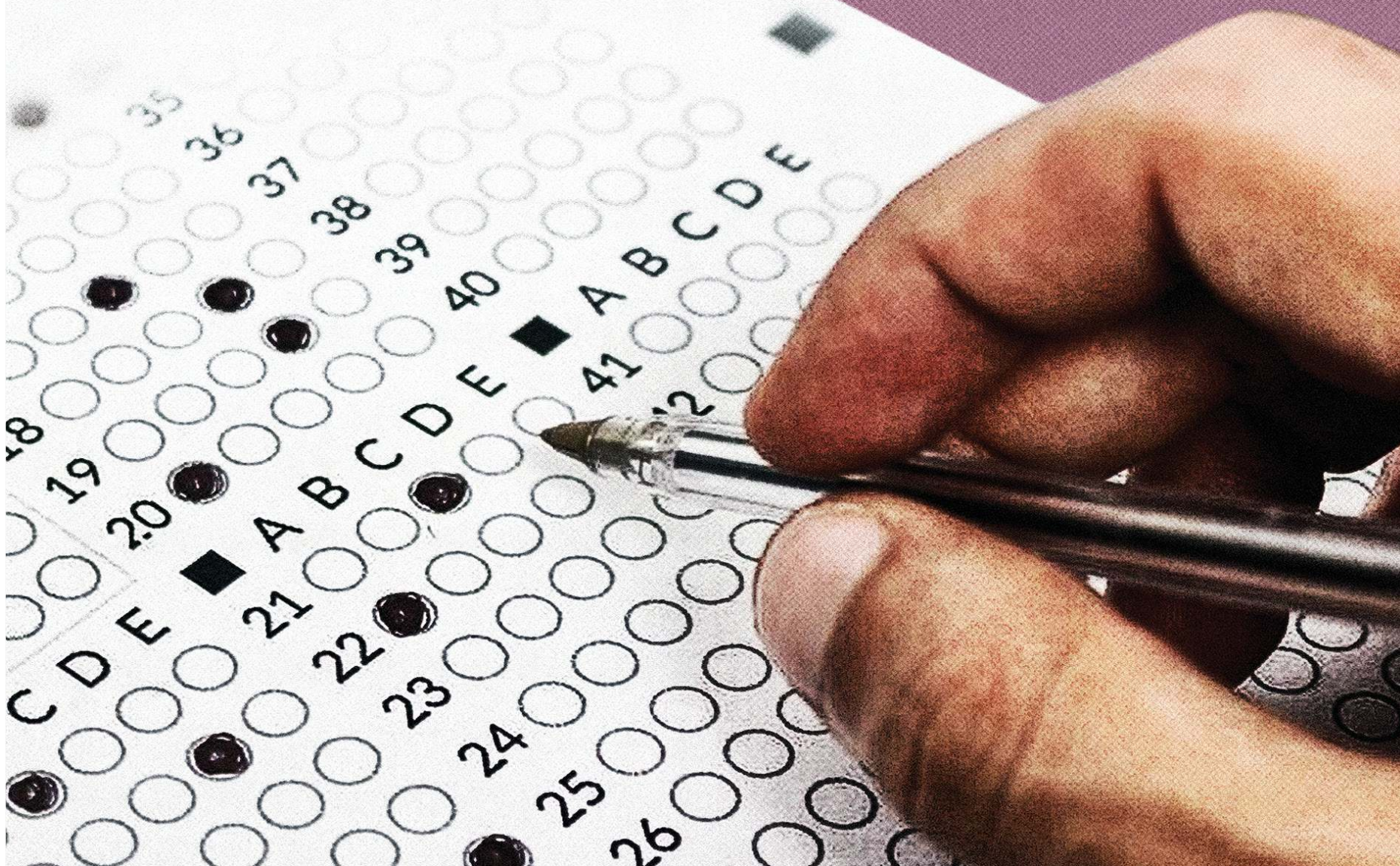


Brasília, domingo, 5 de janeiro de 2025 • CORREIO BRAZILIENSE

Concursos à vista em 2025

Apesar do corte das despesas do governo federal de R\$ 1 bilhão para realização de concursos, neste ano, estão previstas diversas seleções para incrementar o serviço público. Pela primeira vez desde 2021, o Projeto de Lei Orçamentária Anual (PLOA) será votado após o recesso parlamentar, em fevereiro. Na proposta orçamentária, o governo dispõe de R\$ 2 bilhões para os certames, com quase 58 mil vagas em todo o Brasil. No Distrito Federal, são mais 31 mil vagas. Fique por dentro das oportunidades!

PÁGINAS 2 A 6



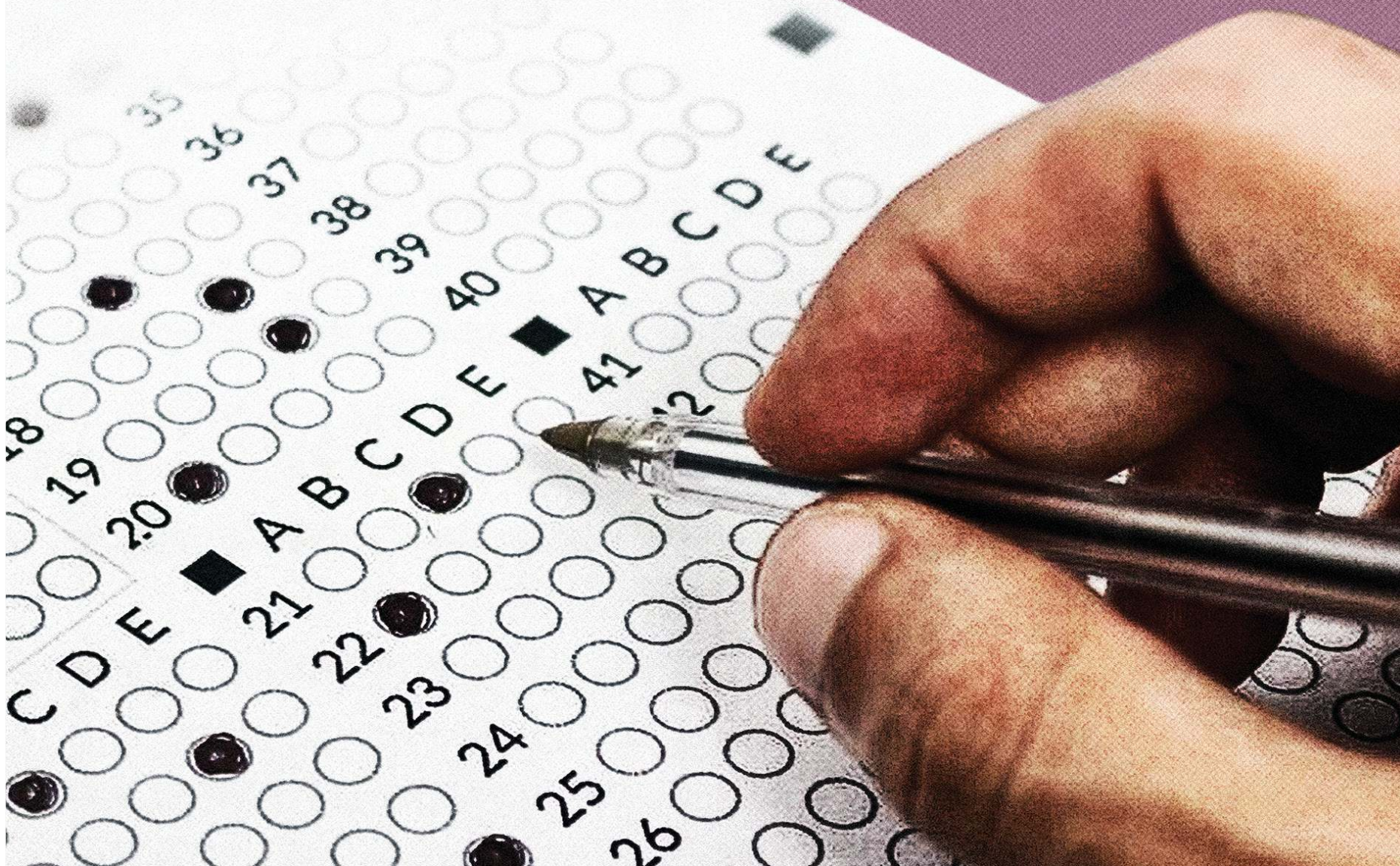
Maurenilson Freire/CB/OA Press

Brasília, domingo, 5 de janeiro de 2025 • CORREIO BRAZILIENSE

Concursos à vista em 2025

Apesar do corte das despesas do governo federal de R\$ 1 bilhão para realização de concursos, neste ano, estão previstas diversas seleções para incrementar o serviço público. Pela primeira vez desde 2021, o Projeto de Lei Orçamentária Anual (PLOA) será votado após o recesso parlamentar, em fevereiro. Na proposta orçamentária, o governo dispõe de R\$ 2 bilhões para os certames, com quase 58 mil vagas em todo o Brasil. No Distrito Federal, são mais 31 mil vagas. Fique por dentro das oportunidades!

PÁGINAS 2 A 6



Maurenilson Freire/CB/OA Press

ATENÇÃO, CONCURSEIROS!

Mais de 63 mil vagas para o serviço público

Projeto de Lei Orçamentária (PLOA) 2025 prevê 63.766 postos em órgãos públicos nacionais, com cerca de 58 mil para provimento. No Distrito Federal, serão mais de 31 mil oportunidades em 30 órgãos

Marcelo Ferreira/CB/D.A Press

» JÚLIA GIUSTI*

O ano passado foi marcado por diversas oportunidades no serviço público federal. Em 2025, a expectativa também é alta para concurseiros que estão empenhados em conquistar a estabilidade, com seleções solicitadas, autorizadas e em estudo. O Projeto de Lei Orçamentária Anual (PLOA), que estima receitas e fixa despesas do governo para o ano, prevê 63.766 postos em órgãos públicos, sendo 57.814 vagas para provimento (autorização e nomeações) e 5.952 para criação de novos cargos.

Para o Distrito Federal, a Lei de Diretrizes Orçamentárias (LDO) estabelece 31.354 vagas, sendo 447 para criação de novos cargos e 30.907 para provimento. As oportunidades são para quase 30 órgãos, como Polícia Civil e Militar, Corpo de Bombeiros, Departamento de Trânsito (Detran), secretarias de Educação e Saúde, Companhia de Saneamento Ambiental do DF (Caesb) e Câmara Legislativa (CLDF).



Thays Ferreira, 32 anos, está se preparando desde dezembro de 2024 para concorrer a uma vaga no certame do Ministério Público da União

Cortes

Pela primeira vez desde 2021, o PLOA será votado após a virada do ano, quando terminar o recesso parlamentar. No entanto, com a proposta de reduzir gastos nos próximos anos, o Congresso votou, em dezembro, um pacote de cortes que inclui a retirada de R\$ 1 bilhão para realização de concursos. Com isso, o governo espera economizar R\$ 327 bilhões até 2030.

Para 2025, a previsão inicial

era de R\$ 5 bilhões para os concursos, dos quais uma parte seria para provimentos adicionais ou novos concursos. Segundo a ministra da Gestão e Inovação, Esther Dweck, em entrevista coletiva concedida em novembro, os cortes não interferem nas contratações que já estão definidas, mas reduzem espaço para novas. No projeto orçamentário deste ano, o governo dispõe R\$ 2

bilhões para os concursos.

Enem dos concursos

A grande novidade para concurseiros em 2024 foi a criação do Concurso Nacional Unificado (CNU), para o preenchimento de vagas em cargos públicos efetivos no âmbito dos órgãos e das entidades da administração pública federal. Ao todo, o número de inscritos somou 2,1

milhões de pessoas, das quais 970 mil fizeram as provas. As questões exigiam conhecimentos gerais e específicos conforme a área de atuação e o nível de especialização. Foram 6.640 vagas para 21 órgãos federais e remuneração inicial de até R\$ 22 mil. A divulgação do resultado está prevista para 11 de fevereiro.

Para 2025, o Ministério da Gestão e Inovação (MGI) anunciou

que fará a segunda edição do Enem dos concursos, que ainda não tem número de vagas definidas, pois isso depende da aprovação do PLOA. O corte de R\$ 1 bilhão nos gastos para concursos públicos não vai interferir necessariamente no CNU. Após aprovação da lei orçamentária, será possível definir os investimentos no certame recém-criado, determinando os próximos passos da seleção e de outras contratações.

Arquivo pessoal

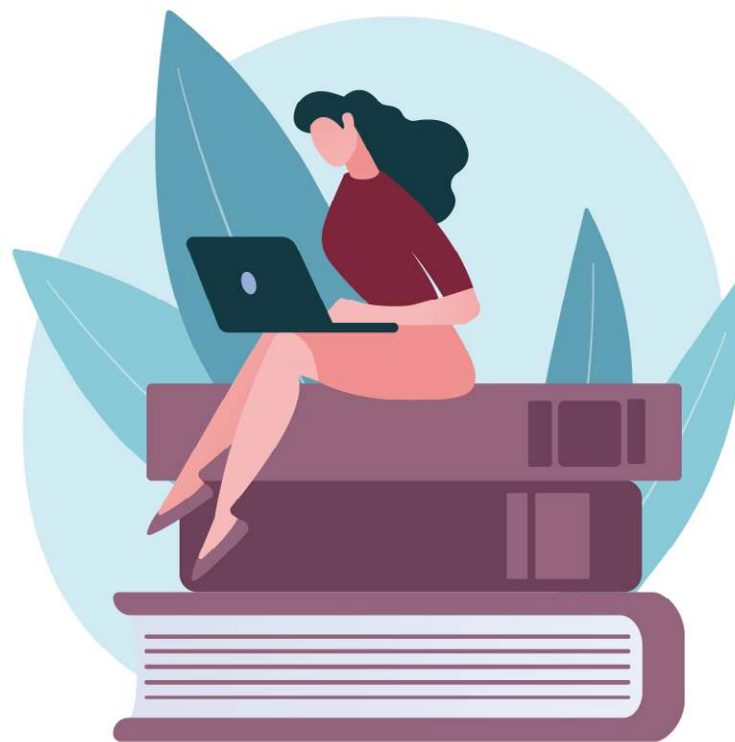


Foco nas matérias cobradas no último edital e resolvo o maior número possível de exercícios. Aos finais de semana, dedico-me às revisões e dou prioridade aos simulados"

Najara da Costa, 34 anos

Veja como se preparar para concursos públicos

Professor do Gran Cursos Eduardo Cambuy dá dicas para alcançar eficácia e equilíbrio nos estudos



1.

Defina horários fixos e respeite intervalos regulares para evitar a exaustão mental;

2.

Priorize qualidade em vez de quantidade, focando em períodos de alta concentração (como sessões de 50 minutos com 10 minutos de pausa);

3.

Inclua revisões frequentes e resolução de questões no cronograma;

4.

Reserve tempo para atividades físicas, lazer e uma boa noite de sono, essenciais para manter a mente descansada e produtiva. Assim, você se prepara de forma consistente e saudável para os desafios do concurso.

Seleções no DF

O concurso da CLDF conta com comissão formada desde agosto, e o edital é esperado para os próximos meses. A última seleção para o órgão foi em 2018, há sete anos. Serão ofertadas 90 vagas entre nível médio e superior e salários entre R\$ 9 mil e R\$ 21 mil, com benefícios como auxílios pré-escolar e alimentação.

Para a Polícia Militar, serão 147 vagas para oficiais policiais, sendo 49 imediatas e 98 para cadastro reserva. O edital ainda não foi divulgado, mas a expectativa é de que o ingresso dos aprovados ocorra ainda em 2025. Já para a Polícia Civil, há três editais previstos, com 315 vagas para perito criminal, perito médico-legista e papiloscopista e salários de até R\$ 21 mil. Um novo certame ainda pode ofertar 50 vagas para agente de custódia e 40 vagas para delegado de polícia.

Outro concurso aguardado para 2025 é o da Caesb, que oferece 303 vagas de nível médio, técnico e superior, para preenchimento imediato (82) e cadastro reserva (221). As inscrições vão até 27 de janeiro, pelo site da banca organizadora (<https://shre.ink/bOyN>). O salário varia entre R\$ 4.869,27 e R\$ 11.961,34, dependendo do cargo e nível de formação.

Foco na aprovação

O Ministério Público da União (MPU), com sede em Brasília, é uma das seleções mais esperadas para 2025, sendo a última abertura de vagas para o órgão no mesmo ano em que a CLDF, 2018. O novo edital deve ser publicado em breve.

Najara da Costa, 34 anos, é analista de mídias sociais e está se preparando para o cargo de analista de comunicação social no MPU, motivada pelo salário competitivo e os

benefícios "atraentes e que valorizam o trabalho". Ela diz que vem estudando para concursos há quatro anos, buscando estabilidade no setor público e, assim, alcançando "segurança para o futuro".

Najara conta que os melhores horários para estudar são à noite e aos fins de semana, pois trabalha durante o dia, mas se mostra determinada na seleção que vai participar. "Foco nas matérias cobradas no último edital e resolvo o maior número possível de exercícios. Aos finais de semana, dedico-me às revisões e dou prioridade aos simulados", relata.

A empresária Thays Ferreira, 32 anos, também vai prestar concurso para o MPU, pretendendo se inscrever para o cargo de técnico. Assim como Najara, ela procura estabilidade profissional por meio do serviço público e escolheu o MPU pela remuneração, quantidade de vagas e histórico de nomeações.

Desde dezembro do ano passado, ela tem se dedicado aos estudos semanalmente, atenta aos conteúdos cobrados pela prova. Thays utiliza, também, recursos de videoaulas e exercícios diários na plataforma do cursinho preparatório GranCursos. "Minha preparação inclui um ciclo de estudos de 24 horas semanais, com quatro horas diárias de segunda a sábado. Estudo disciplinas, como português, direito administrativo e constitucional, administração, arquivologia e administração financeira e orçamentária", expõe.

Realização

Pensando na conquista da sonhada vaga no Ministério Público, as concurseiras têm expectativas muito positivas para atuar nos cargos aos quais vão se inscrever. Najara quer usar as habilidades em planejamento, criação de conteúdo e gestão de

comunicação para aprimorar a comunicação da instituição, além de se desenvolver no âmbito profissional. Ela acredita na transformação por meio do seu trabalho.

"Quero aproximar ainda mais o Ministério Público da sociedade. Vejo essa oportunidade como um grande desafio, mas estou animada com a chance de fazer parte de uma instituição tão relevante, onde meu trabalho pode gerar impacto real e promover mudanças significativas", compartilha.

Thays acrescenta que alcançar a vaga desejada terá impacto nos seus planos de carreira para o futuro. "Minhas expectativas são de construir uma carreira sólida no serviço público, com possibilidade de crescimento e aprendizado constante e de ter segurança e estabilidade para alcançar meus objetivos de longo prazo", conta.

***Estagiária sob a supervisão de Marina Rodrigues**

Confira a lista de concursos autorizados e previstos este ano

NACIONAIS

Empresa Brasileira de Administração de Petróleo e Gás Natural (Pré-Sal Petróleo)

Status: banca definida (IDCAP)
Cargos: advogado, analista de gestão corporativa, analista de TI e especialista em petróleo e gás
Formação: nível superior
Vagas: 100 + CR
Salário: a definir

Ministério Público da União (MPU)

Situação: edital iminente e banca definida (FGV)
Cargos: analista e técnico
Formação: nível superior
Vagas: 274 (previstas)
Salário: R\$ 8.046,86 a R\$ 13.202,64

Instituto Brasileiro do Meio Ambiente e dos Recursos Naturais Renováveis (Ibama)

Situação: banca definida (Cebraspe)
Cargos: analista administrativo e analista ambiental
Formação: nível superior
Vagas: 460
Salário: R\$ 8.817,70

Comissão Nacional de Energia Nuclear (CNEN)

Status: banca definida (IADES)
Cargo: vários
Formação: nível médio, técnico e superior
Vagas: 150
Salário: R\$ 3.667,70 a R\$ 7.492,75

Superintendência de Seguros Privados (Susep)

Status: banca definida (Cebraspe)
Cargo: analista técnico
Formação: nível superior
Vagas: 75
Salário: R\$ 20.924,79

Superior Tribunal Militar (STM)

Situação: comissão formada
Cargos: a definir
Formação: níveis médio e superior
Vagas: 240 (previstas)
Salário: R\$ 8.046,86 a R\$ 13.202,64

Fundação Nacional dos Povos Indígenas (Funai) 1

Status: banca definida (Instituto Access) e edital iminente
Cargos: analista e gestor
Formação: a definir
Vagas: 25 (temporárias)
Salário: a definir

Fundação Nacional dos Povos Indígenas (Funai) 2

Status: autorizado
Cargos: auxiliar, especialista e agente de proteção etnoambiental e territorial
Formação: níveis superior e médio

Vagas: 1.938 (temporárias)
Salário: a definir

Fundação Nacional dos Povos Indígenas (Funai) 3

Status: solicitado
Cargo: especialista e técnico em indigenismo
Formação: níveis médio e superior
Vagas: 751 (efetivas)
Salário: R\$ 6.987,19 a R\$ 10.453,94

Fundação Nacional das Artes (Funarte)

Status: autorizado
Cargo: diversos
Formação: nível superior
Vagas: 28
Salário: R\$ 3.419,97 a R\$ 5.739,09

Ministério da Gestão e Inovação (MGI)

Status: autorizado
Cargo: analista técnico-administrativo
Formação: nível superior
Vagas: cadastro reserva
Salário: R\$ 5.488,70

Fundação Cultural Palmares (FCP)

Status: autorizado
Cargo: pesquisador
Formação: nível supreior
Vagas: 10
Salário: a definir

Polícia Federal (PF) 1

Status: autorizado
Cargo: agente administrativo e carreiras de nível superior
Formação: níveis médio e superior
Vagas: 192
Salário: R\$ 5.173,28 a R\$ 7.087,29

Polícia Federal (PF) 2

Status: solicitado
Cargo: agente, escrivão, papiloscopista, perito criminal e delegado
Formação: nível superior
Vagas: 1.810
Salário: R\$ 13.649,52 a R\$ 25.825,08

Ministério da Integração e do Desenvolvimento Regional (MDR)

Status: autorizado
Cargos: engenheiro
Formação: nível superior
Vagas: 10
Salário: R\$ 7.685,35

Fundação Casa de Rui Barbosa (FCRB)

Status: autorizado
Cargo: vários
Formação: nível superior
Vagas: 10
Salário: a definir

Biblioteca Nacional (BN)

Status: autorizado
Cargo: vários



Formação: nível superior
Vagas: 14
Salário: R\$ 3.419,00 a R\$ 5.035,29

Instituto Brasileiro de Museus (Ibram)

Status: autorizado
Cargo: analista e técnico em assuntos culturais
Formação: nível superior
Vagas: 28
Salário: a definir

Ministério da Saúde (MS) 1

Status: autorizado
Cargos: vários
Formação: técnico e superior
Vagas: 319 (efetivas)
Salário: R\$ 3.731,83 a R\$ 6.256,90

Ministério da Saúde (MS) 2

Status: autorizado
Cargos: vários
Formação: médio e superior
Vagas: 300 (temporárias)
Salário: R\$ 3.731,83 a R\$ 6.256,90

Autoridade Nacional de Proteção de Dados (Anpd)

Status: comissão formada
Cargo: atividades técnicas
Formação: nível médio e superior
Vagas: 213 (temporárias)
Salário: R\$ 1.853,00 a R\$ 9.047,00

Ministério da Fazenda (MF)

Status: autorizado
Cargo: arquiteto, contador e engenheiro
Formação: superior
Vagas: 30
Salário: R\$ 6.250,90 e R\$ 7.685,35

Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa)

Status: solicitado
Cargo: vários
Formação: níveis médio e superior
Vagas: 91
Salário: R\$ 7.648,17 a R\$ 16.413,35

Agência Nacional de Transportes Terrestres (Antt)

Status: solicitado
Cargo: vários
Formação: níveis médio e superior
Vagas: 343
Salário: R\$ 7.648,17 a R\$ 16.413,35

Agência Nacional de Energia Elétrica (Aneel)

Status: solicitado
Cargo: a definir
Formação: níveis médio e superior
Vagas: 50 temporários e 116 efetivos
Salário: R\$ 7.648,17 a R\$ 16.413,35

Agência Nacional do Petróleo (ANP)

Status: solicitado
Cargo: especialista, técnico e analista
Formação: níveis médio e superior
Vagas: 132
Salário: R\$ 7.648,17 a R\$ 16.413,35

Agência Nacional de Telecomunicações (Anatel)

Status: solicitado
Cargo: analista, especialista e técnico
Formação: níveis médio e superior
Vagas: 362
Salário: até R\$ 16.413,35

Concurso Agência Nacional de Aviação Civil (Anac)

Status: solicitado
Cargo: analista, especialista e técnico
Formação: níveis médio e superior
Vagas: 472
Salário: R\$ 7.648,17 a R\$ 16.413,35

Ministério do Meio Ambiente (MMA)

Status: solicitado
Cargo: analista ambiental
Formação: nível superior
Vagas: 98
Salário: R\$ 8.817,72

Agência Nacional de Cinema (Ancine)

Status: solicitado
Cargo: analista, especialista e técnico

Formação: níveis médio e superior
Vagas: 36
Salário: R\$ 7.648,17 e R\$ 16.413,35

Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania (MDHC)
Status: solicitado
Cargo: assistente e analista
Formação: a definir
Vagas: 280
Salário: a definir

Comissão de Valores Mobiliários (CVM)
Status: solicitado
Cargo: assistente e inspetor, analista e agente executivo
Formação: níveis médio e superior
Vagas: 139
Salário: R\$ 20.924,80

Instituto Nacional de Propriedade Industrial (Inpi)
Status: solicitado
Cargo: analista, pesquisador e tecnologista em propriedade industrial
Formação: nível superior
Vagas: 458
Salário: R\$ 9.144,01 a R\$ 11.205,93

Polícia Rodoviária Federal (PRF)
Status: solicitado
Cargo: policial rodoviário
Formação: nível superior
Vagas: 4.902
Salário: R\$ 10.790,87

Ministério do Trabalho e Emprego (MTE)
Status: solicitado
Cargo: técnicos de TI e servidores administrativos
Formação: a definir
Vagas: a definir
Salário: R\$ 2.573,22 a R\$ 3.981,42 (último edital)

Ministério do Turismo (MTur)
Status: solicitado
Cargo: vários
Formação: nível médio ou superior
Vagas: 47
Salário: R\$ 3.727,83 a R\$ 6.804,55

Superintendência de Desenvolvimento da Amazônia (Sudam)
Status: solicitado
Cargo: vários
Formação: nível médio ou superior
Vagas: 59 (previstas)
Salário: R\$ 2.570 a R\$ 5.081

Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (Mapa)
Status: solicitado
Cargo: vários
Formação: nível superior
Vagas: 857
Salário: R\$ 7.436,04 a R\$ 15.897,33

Departamento Nacional de Obras Contra as Secas (Dnocs)
Status: solicitado
Cargo: vários
Formação: a definir
Vagas: 180 solicitadas
Salário: R\$ 2.067,30 a R\$ 2.643,28

Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (Iphan)
Status: solicitado
Cargo: auxiliar, técnico e analista
Formação: níveis médio e superior
Vagas: 185
Salário: R\$ 3.727,76 a R\$ 5.488,46

Instituto Nacional do Seguro Social (INSS)
Status: solicitado
Cargo: analista e técnico
Formação: níveis médio e superior
Vagas: 7.655
Salário: R\$ 5.938,09 a R\$ 9.109,20

Ministério da Defesa (MD)
Status: anunciado
Cargo: diversos
Formação: níveis médio e superior
Vagas: a definir
Salário: a definir

Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares (Ebserh)
Status: previsto
Cargo: diversos
Formação: níveis médio, técnico e superior
Vagas: a definir
Salário: R\$ 2.626,01 a R\$ 12.524,35 (último edital)

Banco do Brasil (BB)
Status: em estudos
Cargo: a definir
Formação: a definir
Vagas: a definir
Salário: R\$ 3.622,23 + benefícios (último edital)

Conselho Federal de Contabilidade (CFC)
Status: banca definida (EPL)
Cargo: técnico administrativo, analista contador e procurado jurídico
Formação: níveis médio e superior
Vagas: a definir
Salário: R\$ 3.402,48 a R\$ 10.242,02

Conselho Nacional de Técnicos em Radiologia (Conter)
Status: banca definida (Instituto Quadrix)
Cargo: advogado, arquivista, jornalista e fiscal
Formação: nível superior
Vagas: a definir
Salário: R\$ 5.454,49 a R\$ 6.259,15

Superior Tribunal de Justiça (STJ)
Status: comissão formada
Cargo: a definir

Formação: níveis médio e superior
Vagas: a definir
Salário: R\$ 7.591,37 a R\$ 12.455,30

Concurso Nacional Unificado (CNU)
Status: em fase de planejamento

DISTRITO FEDERAL

Defensoria Pública (DPDF)
Status: autorizado
Cargo: analista de apoio à assistência judiciária
Formação: nível superior
Vagas: 7 + cadastro reserva
Salário: a definir

Departamento de Estradas de Rodagem (DER-DF)
Status: comissão formada
Cargo: vários
Formação: níveis médio e superior
Vagas: 300 (previstas)
Salário: R\$ 4.763,61 a R\$ 8.684,41

Corpo de Bombeiros (CMBDF)
Status: em contratação da banca
Cargo: oficial e soldado
Formação: nível superior
Vagas: 356
Salário: R\$ 5.775,26 a R\$ 12.138,44 (último edital)

Fundação Hemocentro de Brasília (FHB)
Status: grupo de trabalho formado
Cargo: analista e técnico de atividades
Formação: níveis médio e superior
Vagas: 121
Salário: R\$ 4.480,00 a R\$ 6.760,00

Secretaria de Saúde (SES/DF)
Status: grupo de trabalho formado
Cargo: especialista em saúde
Formação: nível superior
Vagas: 2.452 (efetivas)
Salário: R\$ 3.300

Planejamento Urbano e Infraestrutura (Seplad/GDF)
Status: banca definida (Instituto Consulpam)
Cargo: analista e técnico de planejamento urbano e infraestrutura
Formação: níveis médio e superior
Vagas: 207 + 506 (CR)
Salário: R\$ 4.485 e R\$ 7.200 (30h); R\$ 5.980 e R\$ 9.600 (40h)

Polícia Militar (PMDf) 1
Status: banca definida (Cebbraspe) e comissão formada
Cargo: oficial combatente e oficial capelão
Formação: nível superior
Vagas: 147 e 2
Salário: R\$ 9.623,97 e R\$ 11.435,59

Polícia Militar (PMDf) 2
Status: previsto

Cargo: soldado
Formação: nível superior
Vagas: a definir
Salário: R\$ 5.336,96 + benefícios

Fundação de Amparo ao Trabalhador Preso (Funap/DF)
Status: comissão formada
Cargo: a definir
Formação: a definir
Vagas: a definir
Salário: a definir

Conselho de Fisioterapia e Terapia Ocupacional da 11ª Região (Crefito 11)
Status: em fase de planejamento

Secretaria de Desenvolvimento Social (Sedes-DF)
Status: grupo de trabalho formado
Cargo: especialista e técnico em assistência social
Formação: níveis médio e superior
Vagas: 20 (previstas)
Salário: R\$ 4.112,20 a R\$ 7.705,13

Secretaria de Fazenda (Sefaz-DF)
Status: autorizado
Cargo: auditor fiscal
Formação: nível superior
Vagas: 265
Salário: R\$ 19.085,56

Departamento de Trânsito (Detran-DF)
Status: anunciado e previsto
Cargo: agente de trânsito e especialista
Formação: nível superior
Vagas: 182 e a definir
Salário: R\$ 4.650,00 a R\$ 6.437,50 (último edital)

Polícia Civil (PCDF) 1
Status: banca definida (Cebbraspe)
Cargo: agente de custódia
Formação: nível superior
Vagas: 50 + 100 (CR)
Salário: R\$ 9.394,68

Polícia Civil (PCDF) 2
Status: autorizado
Cargo: perito criminal, perito médico-legista e papiloscopista policial
Formação: nível superior
Vagas: 105 + 210 (CR)
Salário: R\$ 11.085,72 a R\$ 21.449,24

Câmara Legislativa (CLDF)
Status: grupo de estudos formado
Cargo: analista, assistente técnico e técnico administrativo
Formação: níveis médio e superior
Vagas: a definir
Salário: R\$ 6.086,65 a R\$ 13.531,06

Fonte: Estratégia Concursos
***Lista atualizada até 31 de dezembro de 2024. Informações podem ser alteradas após a aprovação do PLOA 2025.**

CONCURSO PÚBLICO

Saiba como otimizar a leitura de editais de abertura

Desafio frequente para milhares de concurseiros, o endendimento acerca do documento é fundamental para garantir a tão almejada aprovação. Especialistas dão dicas para se sair bem

» RAPHAELA PEIXOTO

O edital de abertura é fundamental para garantir a adequada execução da prova e, por consequência, para o sucesso na aprovação. Contudo, muitos candidatos enfrentam dificuldades ao tentar entender e interpretar esse documento. Essa dificuldade se deve ao volume extenso de informações apresentadas, que pode criar confusão, especialmente entre aqueles que estão se preparando para certames pela primeira vez.

Para Anna Paula Rodrigues, head de conteúdo do Gran Concursos, tratar a leitura do edital como parte do planejamento de estudos aumenta as chances de aprovação. O professor do Estratégia Concursos Bruno Bezerra complementa ao afirmar que a leitura dinâmica do edital economiza tempo e evita informações desnecessárias. “Concentre-se no que realmente importa, crie resumos organizados e visualize as informações-chave para planejar sua preparação com eficiência”, orienta o mentor.

Padrões diversos

Jabes Afro Dias, técnico federal de Finanças e Controle na Controladoria-Geral da União (CGU), acredita que a falta de padrão dos editais é uma das dificuldades e afirma que, quando o edital é publicado diretamente no *Diário Oficial*, “a barreira é ainda maior”.

Ele conta que já foi eliminado de um concurso por não se atentar a um detalhe previsto no edital: a necessidade de levar impresso o cartão de confirmação da inscrição. “Entri na escola e desliguei o celular, como foi solicitado. No

Arquivo cedido ao Correio



Jabes Afro Dias, concurseiro aprovado em 13 seleções públicas

entanto, ao chegar na sala, os fiscais me cobraram o cartão. Eu não o tinha impresso e não poderia ligar o celular. E todos os detalhes estavam no edital, porém, por ser algo atípico, não me atentei ao detalhe. Nesse dia, vários candidatos também foram eliminados por esse mesmo motivo”, lembra.

Dias foi aprovado em concurso 13 vezes e, ao longo de sua jornada como concurseiro,

criou uma estratégia de leitura do edital. O concurseiro conta que sua tática consiste em dividir o documento em três partes: informações gerais sobre o órgão e o cargo, informações sobre o concurso em si, e o conteúdo que cairá na prova. Em seguida, estrutura todas essas informações de forma verticalizada. Segundo ele, “essa estrutura facilita exponencialmente a leitura e a busca de informações.”

Siga o passo a passo

Head de conteúdo do Gran Concursos, Anna Paula Rodrigues enfatiza a importância de se ler o edital mais de uma vez. A especialista sugere que a primeira leitura dinâmica seja direcionada à identificação dos pontos principais do documento. Depois, aconselha ler novamente, com mais foco, fazendo anotações ou resumos das informações mais importantes. Por fim, orienta que seja realizada uma revisão dos requisitos, do conteúdo programático e de detalhes logísticos, como local da prova e documentos necessários. Veja abaixo um guia detalhado:

1. Comece pelos pontos essenciais

Inicialmente, Anna Paula orienta fazer uma leitura dinâmica para identificar os pontos principais: cargos e requisitos, banca organizadora, cronograma, vagas, lotação e provas. Bruno Bezerra acrescenta outros aspectos relativos ao cargo, como remuneração, benefícios e atribuições. De acordo com o professor, “entender esses pontos ajuda a decidir se vale a pena prosseguir com a preparação.”

2. Foque nos detalhes da prova

“Aqui, você deve ter máxima atenção ao que mais impactará sua preparação”, orienta Bezerra. O professor aconselha a dividir essa etapa da leitura em tópicos, a fim de absorver melhor as informações. Nessa etapa, analise os seguintes pontos:

- » Matérias e distribuição de peso: veja o conteúdo programático e dê atenção aos temas com mais peso na prova;
- » Número de questões e fases da prova: anote se haverá fases como prova discursiva, TAF (Teste de Aptidão Física), orais ou avaliação de títulos;
- » Mínimos exigidos: confira a pontuação mínima para aprovação em cada disciplina e no total;
- » Banca examinadora: identifique a banca e pesquise o estilo das questões (mais teórico, prático, lei seca, jurisprudência etc.);
- » Cronograma: verifique datas importantes: data da prova, gabaritos, recursos e resultados.

“Utilize marcadores visuais, como cores ou gráficos, para destacar as disciplinas-chave e os prazos críticos. Isso evita releituras desnecessárias”, aconselha.

3. Atenção aos aspectos formais e práticos

Bruno chama a atenção para os detalhes formais que, segundo ele, são “simples”, mas frequentemente causam eliminação. São eles: período de inscrição e de pagamento dos boletos; documentos necessários para levar no dia da prova; além do regulamento do certame (o que pode ou não levar, horário de abertura e fechamento dos portões, cor da caneta permitida etc.). A dica do professor é transformar esses pontos em uma check-list para revisão nos dias próximos à prova. “Isso evita esquecimentos”, conclui Bezerra.



Coluna Saber
por Ana Machado



Ana Machado é mestra em educação pela Universidade Stanford, especialista em psicossociologia da juventude e políticas públicas pela Fundação Escola de Sociologia e Política de São Paulo (FEPS) e bacharel em marketing pela Universidade de São Paulo (USP)

O mercado de trabalho em 2025

O que esperar e como se posicionar no trabalho no ano novo que se inicia

O mercado de trabalho em 2025 será marcado por alguns temas presentes nos anos anteriores, principalmente impulsionados pela tecnologia, pela sustentabilidade e pela reconfiguração das relações de trabalho. A inteligência artificial (IA), por exemplo, terá um papel ainda mais central, não apenas automatizando tarefas, mas também criando novas funções. Profissionais que souberem trabalhar com IA, machine learning e automação estarão em alta, especialmente em áreas como cibersegurança, análise de dados e desenvolvimento de software.

Além disso, a sustentabilidade será um dos pilares em destaque na economia global. Profissionais das áreas de energias renováveis, gestão ambiental e economia circular terão grandes oportunidades, com empresas cada vez mais pressionadas a adotar práticas ecológicas e transparentes em sua cadeia produtiva. Ao mesmo tempo, a saúde mental e o bem-estar dos colaboradores devem ser uma preocupação central das empresas, que se adaptam a um mundo onde o equilíbrio entre vida profissional e pessoal se tornou prioridade para as gerações mais jovens.

Outro aspecto que estará em destaque é a transformação digital de diversos setores, incluindo a educação, a saúde e o varejo. A tendência é que novas plataformas de ensino, telemedicina e comércio eletrônico sigam se expandindo, criando uma demanda por profissionais que dominem ferramentas digitais, como realidade aumentada (AR) e blockchain.

Como se posicionar para 2025? Para os profissionais que desejam estar à frente dessas mudanças, algumas atitudes práticas podem ser adotadas já neste início de ano:

Invista em habilidades digitais

Não importa qual seja a sua área de atuação, o domínio de tecnologias será cada vez mais exigido. Aprender a utilizar ferramentas de colaboração on-line, dominar softwares de análise de dados, ou até mesmo se aprofundar em áreas



emergentes como IA e automação, será crucial. Além disso, é importante estar atento às tendências de tecnologia aplicada ao setor em que você atua, seja saúde, educação, finanças, seja marketing. Cursos on-line e especializações são um bom ponto de partida.

Desenvolva inteligência emocional

Com o aumento do trabalho remoto e das interações virtuais, a habilidade de se comunicar de forma eficaz, liderar equipes a distância e manter

relacionamentos produtivos será mais valiosa do que nunca. O autoconhecimento, a empatia e a capacidade de gerenciar o estresse são competências que não podem ser negligenciadas. Especialmente em tempos de instabilidade e mudanças rápidas, profissionais com boa inteligência emocional se destacam.

Seja flexível e adaptável

O futuro será de constante adaptação. O profissional que se posiciona como flexível, pronto para aprender novas

competências e que sabe lidar com incertezas, se sairá melhor do que aquele que resiste às mudanças. As soft skills — como criatividade, pensamento crítico e resiliência — ganharão cada vez mais relevância, pois ajudarão os profissionais a se adaptarem a novas tecnologias, novas equipes e novos modelos de trabalho.

Busque trabalhar com propósito

A sustentabilidade e o bem-estar estão se tornando questões não apenas corporativas, mas também de posicionamento pessoal. Muitos profissionais buscam empresas que compartilhem seus valores, especialmente em um momento de crescente conscientização social e ambiental. Se você ainda não refletiu sobre o impacto de sua carreira no mundo, 2025 pode ser o momento de repensar sua trajetória e buscar um trabalho que ressoe com seus princípios. A ideia de trabalhar com propósito é um motor para a motivação e para a entrega de melhores resultados.

Construa uma rede de contatos estratégica

Em um cenário digital e híbrido, as redes de contato se tornam ainda mais essenciais. As redes sociais profissionais, como o LinkedIn, são ferramentas poderosas para expandir sua visibilidade no mercado. Além disso, participar de eventos on-line, webinars e, até mesmo, grupos de discussão em sua área de interesse são ótimas formas de se manter atualizado e conhecer vagas que, muitas vezes, não estão disponíveis publicamente.

O ano de 2025 será repleto de oportunidades para aqueles que souberem se adaptar às novas exigências do mercado. Se você deseja estar entre os profissionais mais procurados, é fundamental investir no aprendizado constante, nas habilidades digitais e emocionais, e na construção de uma carreira alinhada com os valores do futuro. A mudança é certa, mas o sucesso será reservado para aqueles que abraçarem essas transformações com coragem e estratégia.

» FGV

PROGRAMA DE VERÃO

A Escola de Matemática Aplicada da Fundação Getulio Vargas (FGV EMAp) vai oferecer cursos, minicursos, workshops e seminários acadêmicos de verão gratuitos para estudantes da graduação e pós-graduação da FGV e de outras instituições de ensino superior. Entre as opções, estão: redação corporativa, topologia geral, introdução às estruturas algébricas, dinâmica em redes complexas, cadeias de Markov de comprimento variável, fundamentos da otimização multiobjetivo, introdução à teoria dos números transcendententes, e infraestrutura em nuvem para construção de Pipelines. As aulas ocorrem entre 13 de janeiro e 21 de fevereiro, das 9h às 18h, com transmissão on-line. Inscrições até 10/1 na página aluno on-line da FGV: <https://l1nq.com/8aLNU>.

» ORACLE

CURSO DE PROGRAMAÇÃO

A Oracle está com inscrições abertas para o curso gratuito Oracle Next Generation (ONE), voltado para quem tem interesse em programação, inteligência artificial e empreendedorismo. Com duração de 12 meses, a formação é para maiores de 18 anos que concluíram ou estão cursando o ensino médio. Não é necessário ter experiência na área. O curso está dividido em quatro etapas. Na seleção, os candidatos terão acesso a duas formações iniciais e deverão resolver um desafio em até dois meses. Durante a fase Tech foundation, há especialização em data science ou back-end, com formação de soft skills, desafios e conteúdos de IA. Já na etapa Tech advanced, os participantes aprovados terão acesso a trilhas, simulação de entrevistas e vagas exclusivas. inscrições até 8 de janeiro no site (<https://Shre.ink/bR4b>).

» SEST SENAT

FORMAÇÃO TÉCNICA

O Serviço Social do Transporte (Sest) e o Serviço Nacional de Aprendizagem do Transporte (Senat) estão com processo seletivo aberto para cursos técnicos de administração, segurança do trabalho e logística relacionados à área, 80% a distância (EaD) e 20% presencial. O curso técnico de administração desenvolve as habilidades de organização de processos administrativos, planejamento financeiro eficiente e gestão de recursos alinhada às boas práticas do mercado; já o de segurança do trabalho disponibiliza aplicação de normas regulamentadoras, técnicas de higiene e saúde ocupacional e gestão de segurança no ambiente de trabalho; por fim, o de logística, ensina sobre gerenciamento suprimentos e distribuição de bens, aplicação de normas de segurança e legislação vigente e soluções logísticas estratégicas. Inscrições até 9/1 no site: <https://encr.pw/nBDmP>.

» INSTITUTO COCA-COLA

CAPACITAÇÃO GRATUITA

O Instituto Coca-Cola, em parceria com a Coletivo Online, está com inscrições abertas para curso gratuito a distância voltado para jovens de 16 a 29 anos que desejam se preparar para o mercado de trabalho. A formação é destinada a quem está cursando ou já concluiu o ensino médio. O curso é 100% on-line, com metodologia flexível. São até 12 aulas curtas sobre diversos temas, como elaboração de currículos, comportamento em entrevistas, gestão profissional e financeira. Ao final do curso, os participantes recebem um certificado de conclusão e acesso exclusivo a vagas de emprego. Inscrições no site (<https://shre.ink/bzWm>).

Lista de concursos

Nesta semana, o caderno Trabalho & Formação Profissional preparou uma lista com 88 concursos e 11.399 vagas, além de cadastro reserva. No Distrito Federal, há quatro concursos abertos com 85 vagas. Para o Centro-Oeste, há 13 seleções abertas com 1.667 oportunidades. Nos conselhos regionais e municipais, são sete concursos com 128 postos vagos. Entre os nacionais, há 12 certames abertos para 2.809 oportunidades. Há ainda 12 seleções de concursos estaduais com 2.317 vagas. Já para os municipais, há 27 concursos e 4.165 vagas. Nas universidades federais, são seis processos seletivos e 127 oportunidades. Nos institutos federais, há sete certames abertos com 101 vagas.

11.399
vagas

DISTRITO FEDERAL

UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA 1

Inscrições até 10 de janeiro pelo site: <https://shre.ink/gnuO>. Concurso com uma vaga e formar cadastro reserva para o cargo de professor substituto na área de fisioterapia traumato-ortopédica. Salário: de R\$ 2.437,59 a R\$ 3.046,99. Taxa: não divulgada.

UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA 2

Inscrições até 15 de janeiro pelo site: <https://acesse.dev/GnOmg>. Concurso com uma vaga e formação de cadastro reserva para o cargo de professor substituto na área de fonoaudiologia. Salário: R\$ 4.692,37. Taxa: não divulgada.

UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA 3

Inscrições até 15 de janeiro pelo site: <https://l1nq.com/GnOmg>. Concurso com uma vaga e formação de cadastro reserva para o cargo de professor substituto na área de farmacotecnia. Salário: R\$ 4.692,37. Taxa: não divulgada.

COMPANHIA DE SANEAMENTO AMBIENTAL DO DISTRITO FEDERAL (CAESB)

Inscrições de 8 até 27 de janeiro pelo site: <https://acesse.dev/YDcLo>. Concurso com 82 vagas para os cargos de: advogado (1); biólogo (1); engenheiro agrimensor (1); engenheiro ambiental (1); engenheiro civil (9); engenheiro eletricitista (2); engenheiro eletrônico (2); engenheiro florestal (1); engenheiro mecânico (5); engenheiro químico (4); geógrafo (1); químico (1); administrador (4); analista de sistemas (3); contador (1); economista (1); estatístico (1); pedagogo (1); técnico em edificações (9); técnico de saneamento (9); técnico de telecomunicações (1); técnico eletricitista (5); técnico eletrônico (2); técnico em hidrologia (1); técnico mecânico (4); técnico químico (1); operador de estação de tratamento (4); assistente administrativo (6). Salário: de R\$ 4.426,60 até R\$ 10.873,95. Taxa: de R\$ 71 até R\$ 92.

NACIONAIS

EMPRESA BRASILEIRA DE PESQUISA AGROPECUÁRIA (EMBRAPA)

Inscrições até 14 de janeiro de 2025 pelo site: <https://www.cebraspe.org.br/>. Concurso com 1.027 vagas para diversos cargos. Salário: não divulgado, com benefícios como assistência médica, seguro de vida em grupo, auxílio-transporte, auxílio-alimentação/refeição, auxílio-pré-escola, entre outros. Taxas: pesquisador (R\$ 170); analista (R\$ 150); técnico (R\$ 80); assistente (R\$ 60).

MARINHA DO BRASIL — 6º DISTRITO NAVAL

Inscrições até 6 de janeiro de 2025 pelo site: <https://acesse.dev/KrYJg>. Concurso com 19 vagas para os cargos de: cirurgião-dentista (clínico geral) (1); cirurgião-dentista (dentística) (1); veterinária (1); farmácia (1); enfermagem (3); fisioterapia (1); ciências contábeis (1); comunicação social (1); direito (1); psicologia (1); serviço social (1); vistoriador naval nível 1 (1); engenharia cartográfica (1); engenharia civil (1); engenharia elétrica (1); engenharia mecânica (1); engenharia de produção (1). Salário: não divulgado. Taxa de inscrição: R\$ 140.

MARINHA DO BRASIL — 2º DISTRITO NAVAL

Inscrições até 6 de janeiro de 2025 pelo site: <https://acesse.dev/2AEAM>. Concurso com 43 vagas para os cargos de: farmácia (4); enfermagem (5); fonoaudiologia (1); direito (2); psicologia (2); geografia (1); pedagogia (1); engenharia civil (1); engenharia de produção (1); engenharia elétrica (2); engenharia eletrônica (1); engenharia mecânica (2); engenharia naval (1); segurança do tráfego aquaviário sta

(1) (1); vistoriador naval nível 1 (2) (1); médico — anesthesiologia (2); médico coloproctologia (1); médico — dermatologia (1); médico — endocrinologia (1); médico — gastroenterologia com endoscopia (1); médico — mastologia (1); médico — medicina intensiva (1); médico — neurologia (2); médico — ortopedia (2); médico — pediatria (1); médico — psiquiatria (1); médico — radiologia (2); médico — urologia (1). Salário: não divulgado. Taxa: R\$ 140.

MARINHA DO BRASIL — 8º DISTRITO NAVAL

Inscrições até 6 de janeiro de 2025 pelo site: <https://acesse.dev/dAbmv>. Concurso com 76 vagas para os cargos de: odontologia (3); odontologia — ortodontia (1); odontologia — prótese dentária (1); enfermagem (2); fisioterapia (1); administração (8); ciências contábeis (3); comunicação social (1); direito (3); informática (2); psicologia (2); serviço social (1); segurança do tráfego aquaviário — inspetor (4); segurança do tráfego aquaviário — vistoriador (3); pedagogia (1); português (1); matemática (1); inglês — letras (1); arquitetura e urbanismo (1); engenharia civil (2); engenharia de produção (4); engenharia de sistemas da computação (3); engenharia elétrica (6); engenharia eletrônica (3); engenharia mecânica (5); engenharia mecatrônica (1); engenharia naval (6); engenharia química (6). Salário: não divulgado. Taxa: R\$ 140.

MARINHA DO BRASIL

Inscrições até 6 de janeiro pelo site da Marinha (<https://bit.ly/49YRuK9>), nas áreas de saúde, administrativa, TI, jurídica, técnica, magistério, engenharia, entre outras. Concurso com 533 vagas para ingresso no Serviço Militar Voluntário para oficiais temporários da Marina do Brasil (SMV). Salário: R\$ 9 mil. Taxa: não divulgada.

MINISTÉRIO DA PREVIDÊNCIA SOCIAL (MPS)

Inscrições até 9 de janeiro de 2025 pelo site: <https://acesse.dev/SJUyc>. Concurso com 250 vagas para o cargo de perito médico federal nas seguintes localidades: Acre (1); Alagoas (16); Amapá (2); Amazonas (10); Bahia (25); Ceará (40); Distrito Federal (2); Espírito Santo (3); Goiás (5); Maranhão (25); Mato Grosso (12); Mato Grosso do Sul (3); Minas Gerais (12); Pará (12); Paraíba (6); Paraná (4); Pernambuco (20); Piauí (15); Rio de Janeiro (2); Rio Grande do Norte (4); Rio Grande do Sul (2); Rondônia (10); Roraima (1); Santa Catarina (2); São Paulo (2); Sergipe (8); Tocantins (6). Salário: R\$ 14.166,99. Taxa: R\$ 120.

EMPRESA BRASILEIRA DE HEMODERIVADOS E BIODERIVADOS (HEMOBRÁS)

Inscrições até 23 de janeiro de 2025 pelo site: <https://encr.pw/QPRmJ>. Concurso com número de vagas indeterminado para os cargos de: assistente administrativo; arquivo; técnico industrial e de gestão corporativa: ambiental; automação industrial; controle de qualidade; elétrica; fracionamento do plasma; logística; mecânica; refrigeração; segurança do trabalho; tecnologia da informação e operação; analista administrativo de assuntos corporativos: administração de pessoal; analista de contrato; analista jurídico; assessoria administrativa; auditoria interna; compras nacionais e internacionais; contabilidade; desenvolvimento de pessoas; gestão de riscos e conformidade; inteligência de mercado; jornalismo; licitação e contratos; logística farmacêutica; orçamento e finanças; planejamento estratégico; tecnologia da informação; analista industrial de hemoderivados e biotecnologia: armazenamento e distribuição de medicamentos; assuntos regulatórios; controle da qualidade 1; controle da qualidade 2; controle da qualidade 3; engenharia ambiental; engenharia de automação e controle; engenharia mecânica; engenharia química e de biopro-

cessos; fracionamento industrial do plasma 1; fracionamento industrial do plasma 2; garantia da qualidade 2; planejamento e controle de produção; plasma e hemocomponentes; tecnologia da informação e operação. Salário: de R\$ 3.808,82 até R\$ 8.912,54, com o acréscimo de benefícios. Taxa: de R\$ 60 até R\$ 80.

MARINHA DO BRASIL — 1º DISTRITO NAVAL

Inscrições até 6 de janeiro de 2025 pelo site: <https://acesse.dev/VLryV>. Concurso com 276 vagas para os cargos de: medicina — medicina de emergência (2); medicina — pediatria (3); medicina — ginecologia e obstetrícia (1); odontologia (5); odontologia — endodontia (1); odontologia — implantodontia (1); odontologia — odontopediatria (2); odontologia — periodontia (1); odontologia — prótese dentária (3); odontologia — para pacientes com necessidades especiais (1); farmácia — análises clínicas (3); farmácia — gestão farmacêutica (2); farmácia — farmacêutico industrial (1); farmácia — farmacoepidemiologia (1); farmácia — oncologia (1); farmácia (1); veterinária (1); biologia (1); enfermagem (24); enfermagem — auditoria (5); emergência (2); nefrologia (2); enfermagem — obstetrícia (2); enfermagem — terapia intensiva (2); enfermagem — neonatologia (2); enfermagem — oncologia (2); enfermagem — cardiovascular (2); enfermagem — estomatologia (2); enfermagem — gerontologia (1); enfermagem — centro cirúrgico (2); enfermagem — central de material e esterilização (2); fisioterapia (12); fonoaudiologia (1); nutrição (6); terapia ocupacional (1); administração (17); arquivologia (2); biblioteconomia (4); biologia ambiental (1); ciências contábeis (11); comunicação social (5); direito (16); educação física (8); estatística (2); física (1); geologia (2); história (1); informática — segurança da informação (3); informática — infraestrutura (9); informática — desenvolvimento de sistema (13); museologia (1); oceanografia (4); psicologia (6); serviço social (5); segurança de tráfego aquaviário (6); segurança de tráfego aquaviário (1); teologia católica (2); espanhol (letras) (2); física (1); história (1); inglês (letras) (6); matemática (2); pedagogia (6); português (letras) (2); engenharia ambiental (1); arquitetura e urbanismo (5); engenharia cartográfica (1); engenharia civil (6); engenharia de produção (6); engenharia de sistema de computação (4); engenharia de telecomunicações (1); engenharia elétrica (3); engenharia eletrônica (3); engenharia mecânica (4); engenharia naval (1). Salário: não divulgado. Taxa de inscrição: R\$ 140.

INSTITUTO DO PATRIMÔNIO HISTÓRICO E ARTÍSTICO NACIONAL (IPHAN)

Inscrições até 7 de janeiro de 2025 pelo site: <https://encr.pw/kdrbJ>. Concurso com 31 vagas para os cargos: analista ambiental (5); antropologia (2); arqueologia (15); arquitetura e urbanismo (2); educação patrimonial (2); geoprocessamento (5). Salário: de R\$ 6.681,70 a R\$ 9.047,00, além de benefícios, como auxílio-alimentação, assistência pré-escolar e auxílio-transporte. Taxa: R\$ 110.

TRIBUNAL REGIONAL DO TRABALHO DA 10ª REGIÃO (TRT 10)

Inscrições até 17 de janeiro pelo site: <https://shre.ink/gU4f>. Concurso com nove vagas, além de formação de cadastro reserva, para os cargos de analista judiciário e técnico judiciário. Salário: de R\$ 8.529,65 a R\$ 16.035,69. Taxa: de R\$ 90 a R\$ 120.



Confira a lista completa no site

www.correio braziliense.com.br/euestudante

» GUIA DE ESTÁGIOS E JOVEM APRENDIZ 692

» IF ESTÁGIO Instituto Fecomércio/DF

221 vagas

O instituto está atendendo apenas a distância. O atendimento presencial é apenas para emissão de contratos. É preciso agendar horário. Telefone: (61) 3962-2023. E-mail: acompanhamento.if@institutofecomerciodf.com.br. Site: www.institutofecomerciodf.com.br. Endereço: SCS, QD. 6, Edifício Jessé Freire, 5º andar, Brasília - DF.

JOVEM APRENDIZ

Cód.: 1019965 / Vagas: 2 / Ano: 1º, 2º, 3º, concluído / Salário: R\$ 663,39 + VT / Horário: 14h às 18h / Local: Asa Norte / Assunto: 1019965.

Cód.: 415580 / Vagas: 2 / Ano: 1º, 2º, 3º, concluído / Salário: R\$ 995,08 + VT + VA / Horário: 9h às 15h ou 12h às 18h / Local: Asa Norte / Assunto: 415580.

Cód.: 417648 / Vaga: 1 / Ano: 1º, 2º, 3º, concluído / Salário: R\$ 657,20 + VA / Horário: 9h às 13h ou 14h às 18h (a combinar) / Local: Asa Sul / Assunto: 417648.

Cód.: 419993 / Vaga: 1 / Ano: 1º, 2º, 3º, concluído / Salário: R\$ 995,08 / Horário: 12h às 18h / Local: Setor Sudoeste / Assunto: 419993.

Cód.: 411549 / Vagas: 2 / Ano: 1º, 2º, 3º, concluído / Salário: R\$ 663,39 + VT / Horário:

8h às 12h e 13h30 às 17h30 / Local: Setor Industrial (Taguatinga) / Assunto: 411549.

ENSINO MÉDIO

Cód.: 941780 / Vagas: 2 / Ano: 1º ao 3º / Bolsa: R\$ 700 / Horário: a combinar / Local: Ceilândia Centro / Assunto: 941780.

Cód.: 90915506 / Vagas: 3 / Ano: 1º ao 3º / Bolsa: R\$ 534,35 + VT + VA / Horário: 8h às 13h / Local: Paranoá / Assunto: 90915506.

Cód.: 941229 / Vaga: 1 / Ano: indiferente / Bolsa: R\$ 600 / Horário: 8h às 12h / Local: Zona Industrial (Guará) / Assunto: 941229.

ENSINO TÉCNICO

ELETRÔNICA

Cód.: 410228 / Vaga: 1 / Ano: 1º ao 3º / Bolsa: R\$ 600 + VT / Horário: 14h às 18h / Local:

Núcleo Bandeirante / Assunto: 410228.

Cód.: 1011836 / Vaga: 1 / Ano: 1º ao 3º / Bolsa: R\$ 650 / Horário: 8h às 14h / Local: Águas Claras / Assunto: 1011836.

ENSINO SUPERIOR

ADMINISTRAÇÃO

Cód.: 411497 / Vaga: 1 / Sem.: indiferente / Bolsa: R\$ 905 + VT / Horário: 7h às 14h / Local: Setor de Habitações Individuais Norte / Assunto: 411497.

Cód.: 1010772 / Vagas: 2 / Sem.: indiferente / Bolsa: R\$ 1.100 / Horário: 8h às 14h ou 13h às 19h / Local: Asa Sul / Assunto: 1010772.

EDUCAÇÃO FÍSICA

Cód.: 946065 / Vagas: 2 / Sem.: 3º ao 6º / Bolsa: R\$ 800 + VT / Horário: 16h às 22h / Local: Sobradinho / Assunto: 946065.

Cód.: 70249616 / Vagas: 3 / Sem.: 1º ao 7º / Bolsa: R\$ 900 + VT / Horário: 15h30 às 20h30 / Local: Setor Sudoeste / Assunto: 70249616.

JORNALISMO

Cód.: 824950 / Vaga: 1 / Sem.: indiferente / Bolsa: R\$ 1.000 / Horário: a combinar / Local: Asa Norte / Assunto: 824950.

ENGENHARIA AMBIENTAL

Cód.: 34145116 / Vaga: 1 / Sem.: 2º ao 10º / Bolsa: R\$ 800 + VT / Horário: 8h às 12h15 / Local: Asa Norte / Assunto: 34145116.

ENGENHARIA ELÉTRICA

Cód.: 20492744 / Vaga: 1 / Sem.: 5º ao 10º / Bolsa: R\$ 1.074,08 + VT / Horário: 8h às 12h / Local: Asa Norte / Assunto: 20492744.

GESTÃO EM TECNOLOGIA DA INFORMAÇÃO

Cód.: 944745 / Vaga: 1 / Sem.: 1º ao 6º / Bolsa: R\$ 800 + VT / Horário: 8h às 12h / Local: Guará / Assunto: 944745.

LOGISTICA

Cód.: 77631489 / Vaga: 1 / Sem.: 1º ao 7º / Bolsa: R\$ 1.280,40 + VT / Horário: 12h às 18h / Local: Asa Sul / Assunto: 77631489.

PRODUÇÃO AUDIOVISUAL

Cód.: 825791 / Vaga: 1 / Sem.: indiferente / Bolsa: R\$ 1.000 / Horário: a combinar / Local: Asa Norte / Assunto: 825791.

Ainda restam 34 vagas de jovem aprendiz e 163 vagas para estágio.

» SUPER ESTÁGIOS

145 vagas

As inscrições devem ser feitas no site www.superestagios.com.br ou no endereço Rua Copaíba, Lote 1, Torre B, Sala 1306, Shopping DF Plaza, Águas Claras.

ENSINO SUPERIOR

ADMINISTRAÇÃO

Vaga: 228322 / Taguatinga / Sem: 1º ao 4º / Carga horária: 5 horas diárias / Horário: manhã e tarde / Bolsa: R\$ 750 / Benefícios: auxílio-transporte de R\$ 11 (diários) / Vagas: 1.

Vaga: 232785 / Local: Taguatinga / Sem: a partir do 1º / Carga horária: 6 horas diárias / Horário: manhã e tarde / Bolsa: R\$ 800 / Benefícios: auxílio-transporte (a combinar) / Vagas: 1.

Vaga: 233174 / Local: Planaltina / Sem: a partir do 1º / Carga horária: 5 horas diárias / Horário: tarde / Bolsa: R\$ 1.000 / Benefícios: auxílio-transporte de R\$ 5.40 (diários) + 50% de desconto na internet contratada + clube de vantagens / Vagas: 1.

ARQUITETURA E URBANISMO

Vaga: 238157 / Local: Asa Sul / Sem:

2º ao 11º / Carga horária: 4 horas diárias / Horário: manhã e tarde / Bolsa: R\$ 980 / Benefícios: auxílio-transporte de R\$ 10 (diários) / Vagas: 1.

BIOMEDICINA

Vaga: 240628 / Local: Asa Sul / Sem: a partir do 1º / Carga horária: 6 horas diárias / Horário: manhã ou tarde / Bolsa: R\$ 850 / Benefícios: auxílio-transporte de R\$ 11 (diários) / Vagas: 3.

CIÊNCIAS CONTÁBEIS

Vaga: 233131 / Local: Guará II / Sem: a partir do 4º período / Carga horária: 6 horas diárias / Horário: tarde / Bolsa: R\$ 800 / Benefícios: auxílio-transporte de R\$ 200 (mensais) / Vagas: 1.

DIREITO

Vaga: 232840 / Local: Asa Sul / Sem: entre o 4º e o 6º período / Carga horária: 6 horas diárias / Horário do estágio: tarde / Bolsa: R\$ 800 / Benefícios: auxílio-transporte de

R\$ 200 (mensais) / Número de Vagas: 1.

ENFERMAGEM

Vaga: 233130 / Local: Guará II/ Sem: a partir do 5º período / Carga horária: 6 horas diárias / Horário do estágio: manhã e tarde / Bolsa: R\$ 800 / Benefícios: auxílio-transporte de R\$ 200 (mensais) / Número de Vagas: 1.

ENGENHARIA CIVIL

Vaga: 233130 / Local: Guará II / Sem: a partir do 5º período / Carga horária: 6 horas diárias / Horário do estágio: manhã e tarde / Bolsa: R\$ 800 / Benefícios: auxílio-transporte de R\$ 200 (mensais) / Número de Vagas: 1.

GESTÃO COMERCIAL

Vaga: 238643 / Local: Area Octogonal / Sem: a partir do 1º período / Carga horária: 5 horas diárias / Horário do estágio: tarde / Bolsa: R\$ 850 / Benefícios: auxílio-transporte a combinar / Vagas: 1.

MARKETING

Vaga: 232487 / Local: Asa Norte / Sem: a partir do 1º período / Carga horária: 6 horas diárias / Horário do estágio: manhã ou tarde / Bolsa: R\$ 950 / Benefícios: auxílio-transporte de R\$ 130 (mensais) + dois dias da semana remoto e três dias presenciais / Número de Vagas: 1.

PEDAGOGIA

Vaga: 237983 / Local: Asa Norte / Sem: a partir do 1º período / Carga horária: 6 horas diárias / Horário do estágio: tarde / Bolsa: R\$ 800 + R\$ 100 de benefício de pontualidade e assiduidade / Benefícios: auxílio-transporte de R\$ 11 (diários) / Número de Vagas: 7.

PUBLICIDADE E PROPAGANDA

Vaga: 242568 / Local: Asa Norte / Sem: a partir do 3º período / Carga horária: 6 horas diárias / Horário do estágio: tarde / Bolsa: R\$ 750 / Benefícios: auxílio-

transporte de R\$ 11 (diários) / Número de Vagas: 2.

SISTEMA DE INFORMAÇÃO

Vaga: 242530 / Local: Asa Sul / Sem: entre o 2º e o 11º período / Carga horária: 4 horas diárias / Horário do estágio: manhã / Bolsa: R\$ 980 / Benefícios: auxílio-transporte de R\$ 10 (diários) / Número de Vagas: 1.

Ainda há vagas para administração (26), análise e desenvolvimento de sistemas (1), ciências contábeis (4), ciência da computação (3), comunicação (2), contabilidade (2), design gráfico (3), direito (4), educação física (5), eletrotécnica (1), engenharia de software (1), estatística (1), fisioterapia (1), gastronomia (1), gestão comercial (1), marketing (12), pedagogia (6), publicidade e propaganda (2), recursos humanos (3), tecnologia em sistema da informação (1), técnico em administração (5), técnico em enfermagem (2), técnico de informática (1) e nível médio (33).

» ESPRO

326 vagas

As inscrições devem ser feitas no endereço SGAS Quadra 915, Lote 72-A, Asa Sul, das 8h30 às 16h30. Informações no site www.espro.org.br ou pelo telefone (61) 3226-1512.

Empresa privada / Ens. médio, técnico ou superior / Vagas: 4 / Bolsa: R\$ 611,72 + assist. médica e odonto + VR + VT / Horário: 14h às 18h / Seg. a sex. / 18 a 22 anos.

Empresa privada / Ens. médio, técnico ou superior / Vagas: 2 / Bolsa: R\$ 917,59 + assist. médica e odonto + VR + VT / Horário: 12h às 18h / Seg. a sex. / 18 a 22 anos.

Empresa privada / Ens. médio, técnico ou superior / Vagas: 4 / Bolsa: R\$ 611,72 + assist. médica e odonto + VR + VT / Horário: 14h às 18h / Seg. a sex. / 18 a 22 anos.

Empresa privada / Ens. médio, técnico ou

superior / Vagas: 3 / Bolsa: R\$ 1.113 + assist. odonto + VR + VT / Horário: 11h às 17h / Seg. a sex. / 18 a 22 anos.

Empresa privada / Ens. fund., médio ou técnico / Vagas: 2 / Bolsa: R\$ 611,72 + VT / Horário: 14h às 18h / Seg. a sex. / 14 a 18 anos.

Empresa privada / Ens. médio, técnico ou superior / Vagas: 2 / Bolsa: R\$ 611,72 + assist. médica e odonto + VR + VT / Horário: 13h às 17h / Seg. a sex. / 18 a 22 anos.

Empresa privada / Ens. médio, técnico ou superior / Vaga: 1 / Bolsa: R\$ 917,59 + VT / Horário: 8h às 14h / Seg. a sex. / 18 a 22 anos.

Empresa privada / Ens. médio, técnico ou superior / Vagas: 2 / Bolsa: R\$ 611,72 + assist. médica e odonto + VR + VT / Horário: 9h às 13h / Seg. a sex. / 18 a 22 anos.

Empresa privada / Ens. médio, técnico ou superior / Vagas: 2 / Bolsa: R\$ 611,72 + assist. odonto + VT / Horário: 14h às 18h / Seg. a sex. / 18 a 22 anos.

Empresa privada / Ens. fundamental, médio, técnico ou superior / Vaga: 1 / Bolsa: R\$ 611,72 + assist. odonto + VT / Horário: 7h30 às 11h30 / Seg. a sex. / 16 a 19 anos.

Empresa privada / Ens. médio, técnico ou superior / Vagas: 3 / Bolsa: R\$ 1.212 + assist. odonto + VR / Horário: 8h às 14h / Seg. a sex. / 18 a 22 anos.

Empresa privada / Ens. fundamental, médio, técnico ou superior / Vagas: 2 / Bolsa: R\$ 611,72 + VT / Horário: 8h às 12h / Seg. a sex. / 16 a 22 anos.

Empresa privada / Ens. médio, técnico ou superior / Vagas: 8 / Bolsa: R\$ 917,59 + assist. médica e odonto + VT / Horário: 9h às 15h / Seg. a sex. / 18 a 22 anos.

Empresa privada / Ens. médio, técnico ou

superior / Vagas: 3 / Bolsa: R\$ 611,72 + assist. médica e odonto + VR + VT / Horário: 9h às 13h / Seg. a sex. / 18 a 22 anos.

Empresa privada / Ens. médio, técnico ou superior / Vagas: 4 / Bolsa: R\$ 917,59 + assist. odonto + VR + VT / Horário: 8h às 14h / Seg. a sex. / 18 a 22 anos.

Ainda restam 283 vagas.



Confira a lista completa no site www.correiobraziliense.com.br/euestudante



PRECISA-SE

A Secretaria do Estado de Trabalho do Distrito Federal também disponibiliza as vagas oferecidas nos sites www.trabalho.df.gov.br e maisemprego.mte.gov.br. O interessado em utilizar o serviço precisa fazer um cadastro no endereço eletrônico para ter acesso às oportunidades existentes para o seu perfil. Por conta desse sistema, os postos aqui listados estão sujeitos a alterações.

Cargo	Vagas	Salário	Cargo	Vagas	Salário	Cargo	Vagas	Salário
Açougueiro	20	R\$ 2.019,00 + benefícios	Cozinheiro geral	1	R\$ 2.000,00 + benefícios	Operador de câmaras frias	4	R\$ 1.515,00 + benefícios
Ajudante de mercadoria	12	R\$ 1.412,00 + benefícios	Cuidador de idosos	1	R\$ 170,00/dia + benefícios	Operador de cobrança	10	R\$ 1.575,00 + benefícios
Atendente de lanchonete	10	R\$ 1.524,14 + benefícios	Eletricista de instalações	14	R\$ 2.285,80+ benefícios	Operador de máquina (terraplenagem)	1	R\$ 2.285,80 + benefícios
Atendente de mesa	2	R\$ 1.600,00 + benefícios	Empregado doméstico	2	R\$ 2.000,00 + benefícios	Operador de tratores	1	R\$ 2.036,41 + benefícios
Auxiliar de cobrança	6	R\$ 1.412,00 + benefícios	Empregado doméstico	1	R\$ 1.800,00 + benefícios	Repositor de mercadorias	8	R\$ 1.515,00 + benefícios
Auxiliar de costura	1	R\$ 1.412,00 + benefícios	Encarregado de obras	1	R\$ 2.506,00 + benefícios	Salgadeiro	1	R\$ 2.400,00 + benefícios
Auxiliar de cozinha	11	R\$ 1.469,35 + benefícios	Fiel de depósito	20	R\$ 1.412,00 + benefícios	Serralheiro	3	R\$ 1.511,40 + benefícios
Auxiliar de limpeza	11	R\$ 1.435,12 + benefícios	Garçom	3	R\$ 1.412,00 + benefícios	Técnico de produção alimentar	4	R\$ 3.068,00 + benefícios
Auxiliar de mecânico	11	R\$ 1.639,00 + benefícios	Gerente de depósito	2	R\$ 2.000,00 + benefícios	Técnico de rede (telecomunicações)	3	R\$ 2.080,89 + benefícios
Auxiliar de alimentação	5	R\$ 1.469,83 + benefícios	Gerente de loja e supermercado	1	R\$ 2.500,00 + benefícios	Técnico mecânico	1	R\$ 4.135,76 + benefícios
Bombeiro hidráulico	2	R\$ 2.080,00 + benefícios	Instalador hidráulico	2	R\$ 1.800,00 + benefícios	Tratorista operador (roçadeira)	7	R\$ 1.571,04 + benefícios
Caseiro	1	R\$ 1.412,00 + benefícios	Manicure/pedicure	1	R\$ 1.600,00 + benefícios	Vendedor interno	7	R\$ 1.981,87+ benefícios
Chapista de lanchonete	1	R\$ 1.412,00 + benefícios	Mecânico de automóvel	3	R\$ 2.686,04 + benefícios	Vidraceiro	1	R\$ 1.800,00 + benefícios
Churrasqueiro	1	R\$ 1.500,00 + benefícios	Motorista entregador	1	R\$ 1.680,00 + benefícios			
Consultor de vendas	6	R\$ 2.500,00 + benefícios	Operador de caixa	3	R\$ 1.522,50 + benefícios			

» **Agências do Trabalhador**

Do total, 14 Agências do Trabalhador estão com atendimentos presenciais ao público. Funcionamento: de segunda a sexta-feira, das 8h às 17h (sem interrupção). Para mais dúvidas, entre em contato pelos telefones de atendimento ao público: (61)3773-9482/ (61)3773-9484.

» **Confira o endereço das Agências do Trabalhador que estão funcionando:**

Agência Brazlândia
Tel.: 3255-3868 / 3255-3869
SCDN BL K, Lj. 1/5

» Agência de Ceilândia
Tel.: 3255-3521
EQNM 18/20, Bloco B, Praça do Povo, Ceilândia

» Agência PCD (511 Norte)
Tel.: 3255-3804 / 3255-3843
SEPN 511 Bloco A, S/N Edifício Bittar II

Agência Estrutural
Tel.: 3255-3808 / 3255-3809
AE nº 5, Setor Central, Administração

» Agência Gama
Tel.: 3255-3820 / 3255-3821
AE 1, Setor Central

» Agência Sobradinho
Tel.: 3255-3824 / 3255-3825
Qd 8, AE nº 3, Sobradinho I

Agência do Trabalhador Autônomo
Tel.: 3255-3797 / 3255-3798
SCS Qd. 6, Bl. A, Ed. Guanabara, Lt. 10/11

» Agência Plano Piloto
Tel.: 3255-3732 / 3255-3815
SEPN 511 Bloco A, S/N Edifício Bittar II

» Agência Recanto das Emas
Tel.: 3255-3864 / 3255-3842
Qd. 805, AE s/n, Prédio da Biblioteca Pública

Agência Riacho Fundo II
Tel.: 3255-3827 / 3255-3828
QC 1, Cj. 5, Lt. 2, AE s/n

» Agência Samambaia
Tel.: 3255-3832 / 3255-3833
QN 303, Cj. 1, Lt. 3

» Agência Santa Maria
Tel.: 3255-3836 / 3255-3837
Av. Alagados, QC 1, Cj. H, Galpão Cultural

» Agência Taguatinga
Tel.: 3255-3848 / 3255-3849 / 3255-3754

C4 Lt. 3, Ed. TVA Imperial, Av. das Palmeiras

» Agência Planaltina
Tel.: 3255-3715 / 3255-3829
Setor Administrativo, Av. Uberdan Cardoso

» Agência São Sebastião
Tel.: 3255-3840 / 3255-3841
Centro de ensino fundamental São José, quadra 16, área especial.
Setor Residencial Oeste

Oportunidades

» FUNAI Estágio

A Fundação Nacional dos Povos Indígenas (Funai) abriu inscrições para um processo seletivo de estágio voltado a estudantes dos níveis médios, técnico e superior, com vagas distribuídas em diversas regiões do Brasil. Os estudantes selecionados para o nível médio ou técnico receberão bolsa-auxílio de R\$ 486,05 por mês (para jornada de 20h semanais), enquanto os de nível superior terão direito a R\$ 787,98 por mês pela mesma carga horária. Todos os estagiários terão direito a um auxílio-transporte de R\$ 10 por dia útil. As vagas disponíveis abrangem cursos técnicos, como agrícola, agropecuária, edificações, informática, meio ambiente e secretariado. Já para o nível superior, as oportunidades incluem diversas áreas, como administração, direito, psicologia, engenharia, pedagogia e ciências sociais. O processo seletivo ocorrerá por meio de uma prova objetiva on-line, prevista para 19 de janeiro de 2025, com questões de língua portuguesa, informática, atualidades e conhecimentos específicos sobre a questão indígena no Brasil. As inscrições são gratuitas e devem ser feitas até 15 de janeiro no site (www.maisestagios.com.br).

» MARINHA Oficial Temporário

As inscrições para o serviço militar voluntário como oficial temporário (RM2-OF) estão abertas e oferecem mais de 500 vagas, em diversas regiões do Brasil, nas áreas técnica, de saúde, engenharia e magistério. Para participar, os candidatos devem ser brasileiros natos, ter entre 18 e menos de 41 anos até a data da incorporação, além de possuir nível superior na área em que concorre. A remuneração inicial é de R\$ 9.070,60. As oportunidades estão organizadas da seguinte forma: no 1º Distrito Naval (RJ, ES e MG), há 276 vagas disponíveis; 2º Distrito Naval (BA e SE) — 43 vagas; 3º Distrito Naval (CE, RN, PB, PE e AL) — 34 vagas; 4º Distrito Naval (AP, PA, MA e PI) — 26 vagas; 5º Distrito Naval (RS e SC) — 21 vagas; 6º Distrito Naval (MT e MS) — 19 vagas; 7º Distrito Naval (TO, GO e DF) — 29 vagas; 8º Distrito Naval (SP e PR) — 76 vagas; e 9º Distrito Naval (RR, AC, AM e RO) — 9 vagas. O processo seletivo contará com uma prova objetiva composta de 40 questões de múltipla escolha de língua portuguesa, com cada questão valendo 2,5 pontos. O valor da taxa de inscrição é de R\$ 140. As inscrições podem ser realizadas até amanhã (6/1) pelo site (<https://www.concursos.marinha.mil.br/>). Os candidatos devem clicar na opção “Processo Seletivo para o Serviço Militar Voluntário”, selecionar o Distrito Naval de preferência no mapa do Brasil, escolher a opção “SMV – Oficiais RM2” e finalizar o processo.

» MOTRIZ Programa Trainee de Gestão Pública

A organização suprapartidária Motriz está com inscrições abertas para o Programa Trainee de Gestão Pública (TGP), que visa atrair e desenvolver talentos para o setor público. Com duração de 12 meses, o programa oferece a oportunidade de integrar uma rede de profissionais em todo o Brasil, com vínculo formal direto com o governo. O candidato deve ter mais de 18 anos; ser brasileiro ou ter completado a naturalização; ter concluído ou estar cursando o ensino superior com previsão de diploma até abril de 2025, entre outros requisitos. O salário varia entre R\$ 4 mil e R\$ 6 mil, com vale-transporte e vale-refeição, e a contratação pode ocorrer de diferentes formas (bolsas, cargos comissionados, parcerias externas ou terceirização). A etapa de cadastro, realização de testes em língua portuguesa e lógica, e conclusão da inscrição vai até 7 de janeiro pelo site <https://bit.ly/4gAqSSm>. As entrevistas ocorrem entre 20 de janeiro e 3 de fevereiro, e resultados divulgados de 6 a 10 do mesmo mês. Acesse o Guia do Candidato e o FAQ com as principais dúvidas dos participantes: <https://bit.ly/3DA1rlg>.

CORREIO BRAZILIENSE

CLASSIFICADOS

6. TRABALHO & FORMAÇÃO PROFISSIONAL

Brasília, Distrito Federal, domingo, 5 de janeiro de 2025

6	6.1 NÍVEL BÁSICO	6.1 NÍVEL BÁSICO	6.1 NÍVEL BÁSICO	6.1 NÍVEL BÁSICO	6.1 NÍVEL MÉDIO	6.1 NÍVEL MÉDIO	6.1 NÍVEL MÉDIO
TRABALHO & FORMAÇÃO PROFISSIONAL 6.1 Oferta de Emprego 6.2 Procura por Emprego 6.3 Ensino e Treinamento 6.1 OFERTA DE EMPREGO NÍVEL BÁSICO EMPRESA CONTRATA ARRUMADEIRA e Serviços Gerais, com jornada de trabalho 12X36 (dia sim, dia não). Salário R\$ 1.601,21 + refeição + vale transporte Tr. Whatsapp (61) 99909-2288 ATENDENTE para Lanchonete c/ exp. em sucos, vitaminas, máquina de café expresso, misto e etc. Currículo: benditagula17@gmail.com CONTRATA-SE INSTALADOR DE LETREIROS e Serralheiro. Com ou sem experiência. Enviar CV selecaoobsb10@gmail.com	CONTRATA-SE CASAL PARA trabalhar em chácara que saiba dirigir trator. Tratar: 61 98186-9952 CONTRATO COSTUREIRA(O) COM EXPERIÊNCIA em malharia p/ Guará II DF (61) 99635-3199 INDÚSTRIA CONTRATA COSTUREIRAS (OS) Com experiência. Para início imediato. Enviar currículo para: recrutamentowi2020@gmail.com COZINHEIRO (A) com experiência em self-service. Trabalho diurno folga aos domingos. Enviar Currículo: benditagula17@gmail.com DOMÉSTICA SEM EXPERIÊNCIA p/ morar, tenha disponibilidade de horário. Tr. 61) 99455-5814 Zap DOMÉSTICA SEM EXPERIÊNCIA p/ morar, tenha disponibilidade de horário. Tr. 61) 99455-5814 Zap	EMPRESA DE ENGENHARIA CONTRATA ENCARREGADO PARA OBRA de Construção Civil c/experiência. Preferência que tenha veículo. CV c/ pretensão salarial p/ dpmpresa02@gmail.com CONTRATA-SE INSTALADOR DE LETREIROS e Serralheiro. Com ou sem experiência. Enviar CV selecaoobsb10@gmail.com MASSAGISTA PRECISA-SE COM OU SEM Experiência p/Semana ou Fim Semana. Pagamento diário. Tr: 61 98474-3116 ÓTIMOS GANHOS!! MASSAGISTA PRECISA-SE com ou sem exper. 99414-1086 zap INDÚSTRIA CONTRATA COSTUREIRAS (OS) Com experiência. Para início imediato. Enviar currículo para: recrutamentowi2020@gmail.com	MECÂNICO E AJUDANTE de mecânico c/experiência. Interessados enviar currículo p/ (61)WhatsApp: 99606-1500 ou e-mail: reicar1978@gmail.com CONTRATA-SE OPERADOR DE CAIXA. Enviar currículo para: 61 99213-9385 INDÚSTRIA CONTRATA OPEADOR DE PRODUÇÃO (Vaga PCD). Para início imediato Enviar currículo para: recrutamentowi2020@gmail.com INDÚSTRIA CONTRATA OPERADOR DE PRODUÇÃO. Para início imediato. Interessados enviar currículo para: recrutamentowi2020@gmail.com CONTRATA-SE MEIO OFICIAL de Serralheria/c/ exper. Comprova da. Tr.: 3399-4551 CONTRATA-SE Funcionário c/cartão crédito 99197-8414 Wellington	CONTRATA-SE MEIO OFICIAL de Serralheria/c/ exper. Comprova da. Tr.: 3399-4551 TRABALHADOR RURAL para Samambaia. Tr: 61 99974-3917 CONTRATA-SE Funcionário c/cartão crédito 99197-8414 Wellington CONTRATA-SE CASAL PARA trabalhar em chácara que saiba dirigir trator. Tratar: 61 98186-9952 NÍVEL MÉDIO ASSISTENTE Adm. e ou financ. c/ exp. excel e c/ CNH B. Enviar CV: rhtrabalha@gmail.com ELETRICISTA INDUSTRIAL , Mecânico de Ar condicionado e pedreiro CV: administrativo@protieng.com.br CIA DO UNIFORME ESTOQUISTA / DIARISTA Contrata c/ experiência. Tr: 3347-0973 GERENTE DE ÓTICA contrata-se com experiência. Enviar currículo para tel: (61) 99133-3905.	CONTRATA-SE IMPRESSOR DE GRANDES formatos e Operador de Router CV: selecaoobsb10@gmail.com CLÍNICA NA ASA NORTE MASSAGISTA Precisa-se c/ s/exp c/comissão (61) 98214-4880 Elen MOTORISTA CONTRATA-SE c/CNH pg diária 99197-8414 Wellington MOTORISTA AGENTE FUNERÁRIO p/ trabalhar em Funerária. Sal. +benefícios. Funerária Pax. 974009879 PADARIA CONTRATA PADEIRO E SERVIÇO Gerais. CV: delimarketbsb@gmail.com A MS PLANOS DE SAÚDE ESTÁ SELECIONANDO VENDEDORES Venha vender Planos de Saúde CV: 98462-7393 Zap PUXADOR DE GUIA e Operador/pintura/sinalização horizontal viária. Ambos c/ exper. CV : rhtrabalha@gmail.com	FORNO E SABOR CONTRATA PROMOTOR DE VENDAS com habilitação A e B para trabalhar com produtos perecíveis. Interessados enviar currículo para o e-mail: fernanda@fornoesabor.com.br PUXADOR DE GUIA e Operador/pintura/sinalização horizontal viária. Ambos c/ exper. CV : rhtrabalha@gmail.com EMPRESA DE ENGENHARIA CONTRATA TÉCNICO EM EDIFICAÇÕES c/ exp. em orçamentos e adm em obra de reforma e construção civil, preferência que tenha veículo. CV c/ pretensão salarial p/ o e-mail: dpmpresa02@gmail.com CONTRATA-SE VENDEDOR (A) EXTERNO c/ experiência em hidráulicas máquinas pesadas. Bsb/SIA WhatsApp (62) 3232-8320 ou currículo@hidraulicabrasil.com.br	VENDEDOR CONTRATA-SE para indústria de iluminação. kandra.est@gmail.com A MS PLANOS DE SAÚDE ESTÁ SELECIONANDO VENDEDORES Venha vender Planos de Saúde CV: 98462-7393 Zap ELETRICISTA INDUSTRIAL , Mecânico de Ar condicionado e pedreiro CV: administrativo@protieng.com.br NÍVEL SUPERIOR ANALISTA CONTÁBIL e Fiscal. recrutamento 0600@gmail.com ESTÁGIO ARQUITETURA E ENGENHARIA. Currículo: kandra.est@gmail.com CONTRATA-SE ARTE FINALISTA para atendimento comercial em Empresa de Letreiros. Enviar Currículo para: selecaoobsb10@gmail.com ESTÁGIO ARQUITETURA E ENGENHARIA. Currículo: kandra.est@gmail.com

PARA CADA MOMENTO DA VIDA, EXISTE UM LUGAR CERTO.

Acesse e encontre o seu.

LUGARCERTO.COM.BR

O portal de imóveis para quem quer comprar ou alugar.

CONFIRA TAMBÉM OFERTAS NO JORNAL CORREIO BRAZILIENSE.

 **lugar certo**
.com.br

CORREIO BRAZILIENSE
Você à frente de tudo


GOLPE!!!

CUIDADO COM AS FALSAS VAGAS DE EMPREGO

Listamos alguns cuidados que você pode tomar para se proteger dos golpes que podem ocorrer na sua busca por uma vaga de emprego

- ✗ Não pague para obter um diploma para determinada vaga;
- ✗ Não transfira dinheiro e nem forneça dados bancários;
- ✗ Atente-se para as vagas que não exigem experiência e oferecem um bom salário;
- ✗ Não compre cartões, nem coloque créditos para terceiros;
- ✗ Desconfie se você precisa pagar por um curso necessário para sua contratação ou para participar do processo seletivo;
- ✗ Não forneça informações pessoais ou profissionais, seja por telefone ou Whatsapp;
- ✗ Pesquise a agência ou empresa que oferece o emprego;
- ✗ Fique em alerta com histórias longas e improváveis.

DISQUE-DENÚNCIA 181

Se alguma vaga foi publicada em nossas edições nos sinalize através do e-mail: classificados@correioweb.com.br. Não hesite em procurar uma delegacia de polícia.

CLASSIFICADOS
CORREIO BRAZILIENSE

CLASSIFICADOS

Brasília, Distrito Federal, domingo, 5 de janeiro de 2025

Para anunciar ► 3342-1000

1 IMÓVEIS
COMPRA & VENDA2 IMÓVEIS
ALUGUEL

3 VEÍCULOS

4 CASA
& SERVIÇOS5 NEGÓCIOS
& OPORTUNIDADESVEJA OFERTAS
NO CADERNO
TRABALHO
& FORMAÇÃO PROFISSIONAL

1

IMÓVEIS
COMPRA E
VENDA

- 1.1 Apart Hotel
- 1.2 Apartamentos
- 1.3 Casas
- 1.4 Lojas e Salas
- 1.5 Lotes, Áreas e Galpões
- 1.6 Sítios, Chácaras e Fazendas
- 1.7 Serviços e Crédito Imobiliário

1.1 APARTHOTEL

INVEST FLAT VENDE
BIARRITZ FLAT apto 1qto com 66m², 16º andar. 3033-3865/ 98581-0151 cj21229

1.2 APARTAMENTOS

ÁGUAS CLARAS

1 QUARTO

MEU IMÓVEL IMOB
LUGARCERTO Melhores imóveis prontos e na planta em todo DF você encontra aqui!



Aponte a câmera do seu celular e veja as ofertas!

GERALDO VIEIRA
IMOBILIÁRIA

VENHA FAZER O melhor Negócio! Vendemos, Alugamos Casas e aptos, Serviços c/ relatos, fazemos inventários, despachante, departamento jurídico. Atendimento c/ qualidade. Estamos no mercado há 25 anos. Plantão. Ligue: 3352-0064 / 99974-5385 cj30876 www.geraldovieira.com.br :

2 QUARTOS

TRATO FEITO IMÓV
R DAS PITANGUEIRAS Vde Apto 2 qtos 1 vaga, 1 suite gourmet 99418-8477 cj21694

1.2 ÁGUAS CLARAS

SORAYA CORRETORA
LUGARCERTO.COM.BR Os melhores imóveis de Brasília você encontra aqui!



Aponte a câmera do seu celular e veja as ofertas!

3 QUARTOS

ACHEI IMÓVEIS DF
LUGAR CERTO Os melhores imóveis de Brasília você encontra aqui! Veja as ofertas!



Aponte a câmera do seu celular e veja as ofertas!

4 OU MAIS QUARTOS

MEU IMÓVEL IMOB
QD 202 Res Soneto cobertura 4 suites 317m2 duplex, nascente vaze-da 995624472 cj25698

ASA NORTE

QUITINETES

PLANO EMPREEND.
IMOBILIÁRIOS Os melhores imóveis de BSB você encontra aqui:lugarcerto.com.br



Aponte a câmera do seu celular e veja as ofertas!

1 QUARTO

MEU IMÓVEL IMOB
410 NORTE 1qto 33m2 c/armários, 1 banh. escritura sub solo Tr: 99562-4472 cj25698

1.2 ASA NORTE

2 QUARTOS

PLANO EMPREEND.
212 NORTE Apto 79m2, 2qts 1 vaga 2banhs Tr: 3032-7700 98313-0206 cj5179

3 QUARTOS

PLANO EMPREEND.
106 Apto andar alto 3qts 154m2 1 suite 1 vaga 3banhs vista livre c/ playground 3032-7700 98313-0206 cj5179

303 6º andar Reformado De canto R\$ 1.230.000 99999-3532 c8165

4 OU MAIS QUARTOS

PLANO EMPREEND.
110 NORTE Luxuoso Res. Caravelas 4qts 238m2 Alto padrão, canto c/ 3 vagas 3032-7700 98313-0206 cj5179

O MELHOR 4 SUÍTES

115 NORTE 220 m², 4 suítes, 3 vagas soltas, andar alto. Tratar: 61 98466-1844 creci 7432

ASA SUL

1 QUARTO

CLASSIFICADOS

GOSTOU DESSE ESPAÇO?
PATROCINE UMA RETRANCA!!!

DEIXE SUA EMPRESA OU SERVIÇO MAIS VISÍVEL E FÁCIL DE ENCONTRAR POR 30 DIAS

ANUNCIE AQUI!

ENTRE EM CONTATO CONOSCO
61 3342-1000 - OPÇÃO 5

INVEST FLAT VENDE
PARK SUL excelente apto 1 qto 50m2. Tr: 3033-3865/ 98581-0151 cj21229

GUARÁ

2 QUARTOS

J RIBEIRO VENDE
AE 02 Apto 2 qtos 2 suítes 2 vagas 3 banhs. CJ 5211. Tr: 3322-3443

1.2 GUARÁ

ADELSON IMÓVEIS
LUGAR CERTO Os melhores imóveis de Brasília você encontra aqui! Veja as ofertas!



Aponte a câmera do seu celular e veja as ofertas!

3 QUARTOS

TRATO FEITO IMÓV
LUGAR CERTO Os melhores imóveis de Brasília você encontra aqui! Veja as ofertas!



Aponte a câmera do seu celular e veja as ofertas!

LAGO NORTE

3 QUARTOS

ACHEI IMÓVEIS DF
CA 08 apto 3qts 228m² cond fechado 98311-5595 c/19540

NOROESTE

3 QUARTOS

ACHEI IMÓVEIS DF
SQNW 102 Ap 101m2 3 qtos 2 vgas 98311-5595

NÚCLEO BANDEIRANTE

2 QUARTOS

RITA LANDIM
LUGAR CERTO Os melhores imóveis de Brasília você encontra aqui! Veja as ofertas!



Aponte a câmera do seu celular e veja as ofertas!

1.2 SAMAMBAIA

SAMAMBAIA

2 QUARTOS

TRATO FEITO IMÓV
QN 412 Vende Apto 46m2, 2qts 1 suite banheiro. Tr. 99418-8477 cj21694

SUDOESTE

3 QUARTOS

ACHEI IMÓVEIS DF
SQSW 500 Moderno apto 3qts 109m2 2 vgas. Tr: 98311-5595

TAGUATINGA

2 QUARTOS

MEU IMÓVEL IMOB
CNB 06 Res Dona Elvira 2qts c/ste 72m2 1 vaga arms Ac financ FG-TS 99562-4472 cj25698

ACHEI IMÓVEIS DF
QSF 01 Apto 2qt 60m² 1 vaga 98311-5595/ 99112-3991 c/19540

VALPARAÍSO

2 QUARTOS

INVEST FLAT VENDE
PARQUE ESPANADA apto 2qts sala banh coz planejada c/elevador Tr: 3033-3865 cj21229

1.3 CASAS

ÁGUAS CLARAS

4 OU MAIS QUARTOS

ACONTECE IMOBILIÁRIA
QS 06 reformada 2 pavimentos casa 5 qtos porcelanato 226m2 área construída 2 vagas 2 banhs 3344-4112

CANDANGOLÂNDIA

2 QUARTOS

MEU IMÓVEL IMOB
QR 02 2qts (2stes) proj. p/ 3 andares lt 128m2 ár. churrasq. 3vgs gar 99562-4472 cj25698

1.3 CEILÂNDIA

CEILÂNDIA

3 QUARTOS

QNM 18 laje 4qt 3wc 1ste coz copa 600mil por 550 mil 99285-1572

GUARÁ

3 QUARTOS

ADELSON IMÓVEIS
QE 15 casa de esquina 3 qtos garagem lote 120m2 laje R\$650.000. 99985-7115 c1533

ADELSON IMÓVEIS
QE 26 3 qtos laje lote 200m2, 180m2 construída R\$ 850.000. Ac financ 99985-7115 c1533

GERALDO VIEIRA
IMOBILIÁRIA

QE 36 Excelente localização. Casa 3qts (sendo 01 suite), de laje, sala copa cozinha, wc social. Aceito troca. Estamos no mercado há 25 anos. Plantão. Ligue: 3352-0064 / 99974-5385 c/30876 www.geraldovieira.com.br :

ADELSON IMÓVEIS
QE 15 casa de esquina 3 qtos garagem lote 120m2 laje R\$650.000. 99985-7115 c1533

4 OU MAIS QUARTOS

ADELSON IMÓVEIS
QE 38 sobradão 4qts 2 stes 300m2 ar construída arms 2gar. Ac financ 99985-7115 c1533

JARDIM BOTÂNICO

3 QUARTOS

J RIBEIRO VENDE
COND QUINTAS Interlagos Casa Espetacular 135m2 3 qtos 1 suite pisc. aquecida closets hidro CJ 5211 3322-3443

NÚCLEO BANDEIRANTE

3 QUARTOS

RITA LANDIM VENDE
3ª AV Casa 245m² 3qts 1suite 2 vagas 2 banhs 99673-2538

1.3 PARK WAY

PARK WAY

4 OU MAIS QUARTOS

CLASSIFICADOS
GOSTOU DESSE ESPAÇO?
PATROCINE UMA RETRANCA!!!
DEIXE SUA EMPRESA OU SERVIÇO MAIS VISÍVEL E FÁCIL DE ENCONTRAR POR 30 DIAS
PREÇO ESPECIAL
ANUNCIE AQUI!
ENTRE EM CONTATO CONOSCO
61 3342-1000 - OPÇÃO 5

RITA LANDIM VENDE
QD 01 casa c/ 4 qtos 400m2 de á.constr. terreno de 2.500m2 3552-4358 c/12179

RECANTO DAS EMAS

3 QUARTOS

GERALDO VIEIRA
IMOBILIÁRIA

QNJ 42 Lindo sobrado, 4 suítes, sala, copa cozinha, tudo planejado. Excelente acabamento, terreno vazado com área de lazer completa, área churrasqueira, piscina, sauna. Aceito financiamento. Estamos no mercado há 25 anos. Plantão. Ligue: 3352-0064 / 99974-5385 cj30876 www.geraldovieira.com.br

REGINA NEVES
CONSULTORA IMOBILIÁRIA
CRECI 19395

OS MELHORES
IMOVEIS DE GOIÂNIA

**QUER MORAR OU
INVESTIR EM
GOIÂNIA?
TENHO AS MELHORES
OPÇÕES PRA VOCÊ!**



(62) 98280-1111

1.3 SOBRADINHO

SOBRADINHO

2 QUARTOS

PEDRO JR C1278 VENDE
AR 10 casa de 2 qtos c/ 2 vagas R\$ 150.000. Tr: 98481-4268/ 3591-1306

PEDRO JÚNIOR
ESCRITORIOIMOBILIÁRIO. Os melhores imóveis estão aqui! lugarcerto.com.br



Aponte a câmera do seu celular e veja as ofertas!

3 QUARTOS

PEDRO JR C 12778 VENDE
QD 02 cs 3 qtos c/suite e arm. sl estar coz. wc c/ blindex 98481-4268

TAGUATINGA

3 QUARTOS

GERALDO VIEIRA
IMOBILIÁRIA

QNB 03 Excelente Casa colonial laje 3qts sendo 1 suite sala copa cozinha. Estamos no mercado há 25 anos. Plantão. Ligue: 3352-0064 / 99974-5385 cj30876 www.geraldovieira.com.br

PUBLICIDADE LEGAL

Garanta a visibilidade que sua empresa precisa no jornal de maior circulação no Distrito Federal.

Balanços - Atas - Comunicados
Extravios - Convocações - Editais
Avisos - Regulamentos
Licitações - Leilões - Pregões

Impresso e digital com
certificação do ICP

ENTRE EM CONTATO:



(61) 98167-9999



(61) **3342-1000**

Escolha a opção 04

Horário de atendimento de segunda a sexta-feira de 9h às 18h
e aos sábados de 8h às 12h - ***domingos e feriados fechados***

**CORREIO
BRAZILIENSE**

www.CORREIOBRAZILIENSE.com.br



1.3 TAGUATINGA

1.3 CASAS

TAGUATINGA

3 QUARTOS

GERALDO VIEIRA
IMOBILIÁRIA

QNL 17 Casa Nova, conjunto, 3qts (sendo 1 suite) sala cozinha banheiro social, garagem p/ 3 carros, só R\$ 490.000,00 desocupada. Quitada escriturada. Estamos no mercado há 25 anos. Plantão. Ligue: 3352-0064 / 99974-5385 cj30876 www.geraldivieira.com.br

CONVICTA IMÓVEIS VENDE
QNL 18 casa 3qts 120m2, área serv. garagem 3386-9000 cj22002

CONVICTA IMÓVEIS VENDE
QNL 18 casa 3qts 120m2, área serv. garagem 3386-9000 cj22002

4 OU MAIS QUARTOS

GERALDO VIEIRA
IMOBILIÁRIA

QNF 03 Excelente Imóvel!!! 4qts (sendo 02 suites), sala copa cozinha área serviço c/ churrasqueira, varandastelhado colonial, garagem 5 carros. Quitada escriturada. Aceito apto no negócio. Estamos no mercado há 25 anos. Plantão. Ligue: 3352-0064 / 99974-5385 cj30876 www.geraldivieira.com.br

4 OU MAIS QUARTOS

RITA LANDIM VENDE
COND PREMIUM excel casa 280m2 cond fechado, porteiro 24 horas 3552-4358 c/12179

1.4 LOJAS E SALAS

LOJAS

ASA SUL

SR. IMÓVEIS
CJ 9417

CLS 310 Vendo Excelente loja com 105 metros c/ 03 pisos alugadas por R\$ 5.670,00 inquilino com mais de 10 anos. Ótima oportunidade. R\$ 1.050.000,00 Ligue e confira: 99109-6160 3042-9200 cj9417 Sr. Imóveis

SR. IMÓVEIS
CJ 9417

CLS 414 Vendo Excelente loja alugada, c/ térreo subsolo sobreloja 250m2, reformada. Tratar 99109-6160 Sr Imóveis cj9417

1.4 GUARÁ

GUARÁ

ADELSON IMÓVEIS
AE 02 prédio comerc/resid 2lj + 2ap It 200m2 R\$1.050.000, ac cs Guar Tr.99857115 c1533

SALAS

ASA NORTE

CLASSIFICADOS

GOSTOU DESSE ESPAÇO?

PATROCINE UMA RETRANCA!!!

DEIXE SUA EMPRESA OU SERVIÇO MAIS VISÍVEL E FÁCIL DE ENCONTRAR POR 30 DIAS

PREÇO ESPECIAL

ANUNCIE AQUI!

ENTRE EM CONTATO CONOSCO
61 3342-1000 - OPÇÃO 5

INVEST FLAT VENDE
ED FUSION WORK e Live - Sala 37m² 10º andar. Tr: 3033-3865/ 98581-0151 cj21229

ASA SUL

ACONTECE IMOBILIÁRIA
SHS QD 06 Complexo Brasil 21 Asa Sul vendo vaga de garagem 12m2 área comercial 3344-4112

SUDOESTE

INVEST FLAT
LUGAR CERTO Os melhores imóveis de Brasília você encontra aqui! Veja as Ofertas!

Aponte a câmera do seu celular e veja as ofertas!

1.5 LOTES, ÁREAS E GALPÕES

GAMA

PEDRO JR C1278 VENDE
COND ALTO da Boa Vista It 504m2 R\$ 400.000,00. Tr: 98481-4268/ 3591-1306

PEDRO JR C 12778 VENDE
COND ALTO da Boa Vista excel lote 504m2. Preço ocasião. 98481-4268

EXCELENTE LOCALIZAÇÃO
QI 06 Terreno à venda no Setor Leste Industrial do Gama. Área com 10.500 m². Tratar: (62) 98112-0219

PEDRO JR C 12778 VENDE
COND ALTO da Boa Vista excel lote 504m2. Preço ocasião. 98481-4268

1.5 GUARÁ

GUARÁ

SR. IMÓVEIS
CJ 9417

QI 08 Excelente Lote comercial, 400m2. Podendo construir 3 vezes. Aceito 100% em imóveis 99109-6160 Sr Imóveis cj9417

PARK WAY

J RIBEIRO VENDE
QD 13 Conj. 4 terreno 20.000m2 escriturado, placa no CJ 5211 3322-3443

SAMAMBAIA

PLANO EMPREEND.
SAMAMBAIA SUL lote quitado c/ área 275m2 regularizado 3032-7700 / 98313-0206 cj5179

1.6 SÍTIOS, CHÁCARAS E FAZENDAS

DISTRITO FEDERAL E ENTORNO

COL AGRICOLA Verdão It 06 conj 02, posse chácara 51/1 c/ 200m2. Tr.Zezão/ fátima 98462-8197 ou 98587-2728

DF 140 Lote 23.000m², c/ casa R\$ 1.230.000 Urgt! 99999-3532 c8165

RITA LANDIM VENDE
PADRE BERNARDO GO linda chác. 14.000 m2. 3552-4358 c/12179

LINDA FAZENDA 624 hect. c/8 repressas ó p/ pecuária 62 99652-1087

2

IMÓVEIS ALUGUEL

2.1 Apart Hotel

2.2 Apartamentos

2.3 Casas

2.4 Lojas e Salas

2.5 Lotes, Áreas e Galpões

2.6 Quartos e Pensões

2.7 Sítios, Chácaras e Fazendas

2.2 APARTAMENTOS

ASA SUL

2 QUARTOS

J. RIBEIRO
LUGAR CERTO Os melhores imóveis de Brasília você encontra aqui! Veja as ofertas!

Aponte a câmera do seu celular e veja as ofertas!

Aponte a câmera do seu celular e veja as ofertas!

2.2 GUARÁ

GUARÁ

1 QUARTO

CONVICTA IMÓVEIS ALUGA
AE 02 apto 45m2 1 qto sl coz 899112-3703 / 3386-9000 cj22002

SUDOESTE

2 QUARTOS

ACONTECE IMOBILIÁRIA
LUGARCERTO.COM.BR Os melhores imóveis de Brasília você encontra aqui!

Aponte a câmera do seu celular e veja as ofertas!

2.3 CASAS

GUARÁ

2 QUARTOS

TRATO FEITO IMÓV
QI 10 Aluga casa 70m2, 2 qtos 1 banheiro social sala cozinha. Tr: 99418-8477 cj21694

LAGO SUL

4 OU MAIS QUARTOS

J RIBEIRO ALUGA
QI 26 Casa 4 qtos 440m2 sala 2 amb. var vista P.JK R\$ 12.500. cj5211 33223443

RECANTO DAS EMAS

2 QUARTOS

CONVICTA IMOVEIS
LUGAR CERTO Os melhores imóveis de Brasília você encontra aqui! Veja as ofertas!

Aponte a câmera do seu celular e veja as ofertas!

SUDOESTE

3 QUARTOS

ACONTECE IMOBILIÁRIA
101 BLOCO l alugo apto 3 qtos 110m2 1 suíte Tr: 3344-4112

TAGUATINGA

3 QUARTOS

CONVICTA IMÓVEIS ALUGA
QSF 05 casa 3 qtos 120m2. 99112-3703 / 3386-9000 cj22002

2.3 TAGUATINGA

CONVICTA IMÓVEIS ALUGA
QSF 05 casa 3 qtos 120m2. 99112-3703 / 3386-9000 cj22002

2.4 LOJAS E SALAS

LOJAS

ASA SUL

SR. IMÓVEIS
CJ 9417

CLS 415 SUL Loja dupla com subsolo térreo sobreloja c/ 240m2 Reformada (61) 99109-6160 Zap 3042-9200 cj9417

CANDANGOLÂNDIA

CONVICTA IMÓVEIS ALUGA
QOF conj G loja 40m2 para alugar Tr: 3386-9000 cj22002

GUARÁ

TRATO FEITO IMÓV
QE 04 Aluga lojas próx a praça, mercado, escolas, comércio etc 99418-8477 cj21694

3

VEÍCULOS

3.1 Automóveis

3.2 Caminhonetes e Utilitários

3.3 Caminhões

3.4 Motos

3.5 Outros Veículos

3.6 Peças e Serviços

3.1 AUTOMÓVEIS

FABRICANTES

AUDI

AUTOCRED
Q3/20 Prest. 1.4 Tfsi flex S-tronic revisada ún. dono 99288-9231

CHERY

AUTOCRED
TIGGO/22 5x Txs 1.5 16V Turbo flex aut 31.200 km 99288-9231

VOLKS

POLO 18/19 autom MSI 1.6 101.000km preto R\$60.000, 99553-1591

AUTOCRED
VRUM.COM.BR Acesse nosso site e confira as melhores ofertas disponíveis para você!

Aponte a câmera do seu celular e veja as ofertas!

3.1 VOLKS

POLO 18/19 autom MSI 1.6 101.000km preto R\$60.000, 99553-1591

3.2 CAMINHONETES E UTILITÁRIOS

FABRICANTES

FORD

AUTOCRED
RANGER 20/21 XLT 3.2 20V 4x4 CD diesel aut. 99288-9231

JEEP

AUTOCRED
RENEGADE/17 Sport 1.8 branco 4x2 Flex 16V Autom. câmera de ré excel. 99288-9231

4

CASA & SERVIÇOS

4.1 Construção e Reforma

4.2 Moda, Vestuário e Beleza

4.3 Saúde

4.4 Comemorações, e Eventos

4.5 Serviços Profissionais

4.6 Som e Imagem

4.7 Diversos

4.5 SERVIÇOS PROFISSIONAIS

ADVOCACIA

ADVOGADO
CRIMINAL ATENDE em todo Brasil. Tr: (61) 99318-7858 / (62) 99630-0702 OAB 60621

5

NEGÓCIOS & OPORTUNIDADES

5.1 Agricultura e Pecuária

5.2 Comunicados, Mensagens e Editais

5.3 Informática

5.4 Oportunidades

5.5 Pontos Comerciais

5.6 Telecomunicações

5.7 Turismo e Lazer

5.2 COMUNICADOS, MENSAGENS E EDITAIS

MÍSTICOS

AMOR DE VOLTA EM 6 HORAS

ABA faz pacto de riqueza, cura impotência sexual, ejaculação precoce, frieza sexual, afasta rivais, fornece números da sorte para jogos de loteria. Garantido em contrato. Atendemos também aos feriados. Falar c/ a Profª Jana (61) 9.9149-8430

5.7 TURISMO E LAZER

SERVIÇOS

TEMPORADA

HOTEL HOT SPRINGS
CALDAS NOVAS (GO) Apto 7 piscina, sauna, frigobar, ar condicionado, banheiro 4 pessoas. Whats (61) 99987-9698

5.7 TEMPORADA

HOTEL HOT SPRINGS
CALDAS NOVAS (GO) Apto 7 piscina, sauna, frigobar, ar condicionado, banheiro 4 pessoas. Whats (61) 99987-9698

OUTROS

ACOMPANHANTE

Todos os números desta Seção são do DF DDD 61, excetuando-se os que forem precedidos de DDD diverso expresso

FAÇA ORAL
GINA 35 ANOS Oral até o fim em homens ativos deixo finalizar na boca A.Nt 61 99662-9136

LINDAURA
MORENA DE PARAR o trânsito! Boquinha de veludo (61) 99620-9236

MASSAGEM RELAX

AS+TOPS DAS GALÁXIAS
AS 20 TODAS lindas bemestarmassagens.com.br Fones: 61 985621273/ 3340-8627

Disque-Denúncia

Secretaria de Segurança Pública.

Uma nova arma contra a criminalidade Sigilo absoluto.

197

VENDER, COMPRAR, ALUGAR, CONTRATAR, DIVULGAR

**O Classificados do Correio
Braziliense é o lugar ideal para quem
deseja fazer um bom negócio!**

Entre em contato para maiores informações

61 98167-9999



Siga-nos nas redes sociais e acompanhe todas as novidades e promoções



Instagram: @classificadoscb



Facebook @classificadoscb



Eufrazio

Revista do CORREIO

CORREIO BRAZILIENSE

domingo, 5 de janeiro de 2025

Ano 17, Número 1023

Muito além das praias paradisíacas, o caribe mexicano oferece outras atrações aos turistas, como os cenotes, reservas naturais de água doce, além de uma intensa vida noturna, com boates e parque que abrem apenas à noite

Explorando Cancún

TV

No ar desde criança, Maísa celebra a maturidade

MODA

O que estará em alta nas praias e piscinas no verão

Do editor

Se entre as metas para 2025 você colocou viajar como uma das prioridades, nós, da *Revista*, damos uma forcinha mostrando um destino que acaba de ganhar voo direto a partir de Brasília: Cancún. A repórter Mila Ferreira visitou a cidade mexicana e mostra que o Caribe oferece muito mais que praias com água cristalina e areia branquinha. Ela mostra algumas opções de passeios que incluem uma frenética diversão tanto de dia quanto à noite. Amanhã é Dia de Reis, data em que, tradicionalmente, a árvore de Natal deve ser desmontada. Confira as nossas dicas para guardar a decoração natalina de forma prática e segura. Também mostramos opções de colônias de férias para deixar a garotada nestes dias sem aula. E mais: prolongando o bronzeado, hidratação com sabor e o que estará em alta na moda praia.

Bom domingo e boa leitura!

Sibele Negromonte

Revista
do CORREIO

Editor: José Carlos Vieira - josecarlos.df@dabr.com.br

Subeditora: Sibele Negromonte - sibelenegromonte.df@dabr.com.br

Diagramação: Guilherme Dias - guilherme.dias.df@dabr.com.br

Diretora de Redação: Ana Dubeux - anadubeux.correio@gmail.com

Telefones: 3214-1192 e 3214-1156

E-mail: revistad.df@dabr.com.br

Capa: Divulgação Gol



Siga @revistadocorreio no
Twitter e no Instagram



Curta a página da Revista
do Correio no Facebook

DIÁRIOS ASSOCIADOS **D-A**

Reprodução/Pinterest



04 Moda

Conheça os biquínis, os maiôs e as saídas de praia que estarão em alta nas piscinas e areias brasileiras.

06 Beleza

Como ganhar — e manter — um lindo bronzeado com segurança

Divulgação: Freepik



14 Fitness & Nutrição

Água é fundamental, mas há também outras formas deliciosas de se hidratar nos dias de verão.

16 Saúde

Que tal começar o ano com um check-up completo? Saiba quais exames são importantes.

Reprodução/Pinterest



20 Casa

Passadas as celebrações de fim de ano, é chegada a hora de desmontar a árvore e guardar os enfeites natalinos.

22 Bichos

Confira as dicas para medicar os pets sem estresse.

24 TV

Um bate-papo com Maísa, que volta às novelas com o primeiro papel de vilã.

28 Cidade nossa

O jornalista Cláudio Ferreira compartilha os seus desejos para 2025.

30 Crônica da Revista

Paloma Oliveto dá um conselho que pode servir de resolução de novo ano: leiam autoras mulheres.

No www.correiobrasiliense.com.br

fastescova



**Escovas, tratamentos,
cuidados para
sobrancelhas, makes e
unhas.**

**Tudo de domingo a domingo,
sem hora marcada!**



Retire seu brinde no QRCode acima!

Moda

Fotos: Reprodução/Pinterest



Sustentabilidade é a palavra de ordem no verão 2025

O VERÃO CHEGOU!

Descubra as tendências que unem estilo, nostalgia e sustentabilidade e que marcarão a moda praia de 2025

POR LUIZA MARINHO*

A moda praia 2025 promete ser uma das mais marcantes dos últimos anos, trazendo uma rica mistura de cores, texturas e estilos que celebram tanto o individualismo quanto a sustentabilidade. Com referências retrô, tecidos inovadores e peças que transitam entre diferentes ambientes, as coleções refletem o equilíbrio perfeito entre funcionalidade e estilo. Além de valorizar a moda consciente, a temporada destaca o uso de materiais ecológicos e designs que atendem às demandas do consumidor moderno.

“Para 2025, a moda praia será uma explosão de cores e padrões, com o tom ‘mocha mousse’ como grande estrela. Esse marrom equilibrado é sofisticado e pode ser usado tanto em looks monocromáticos quanto combinado com estampas como o animal print”, explica Daniela Matias, consultora de imagem e estilo. Além disso, ela aponta que as riscas e o crochê terão um papel importante, aparecendo em biquínis, saídas de praia e acessórios.

“A transparência em tecidos será uma tendência forte, especialmente quando combinada com tricô ou estamparia animal print, como a de oncinha. Esses elementos trazem



As camisas leves saem da praia e da piscina e vão para a balada

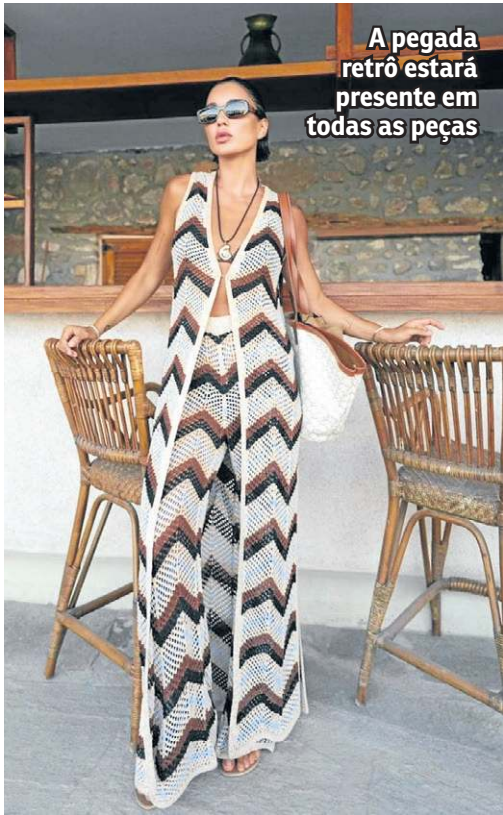
um toque ousado e delicado ao mesmo tempo”, acrescenta Daniela.

Complementando essa visão, a designer de moda Marina Costa observa que a sustentabilidade influencia na escolha dos tecidos. “Os materiais reciclados e biodegradáveis são cada vez mais presentes, permitindo a criação de peças que são não apenas bonitas, mas também responsáveis”, acredita.

O charme do retrô

Os estilos retrô permanecem em alta, com forte influência das décadas de 2000, 1960 e 1970. “O estilo Y2K está voltando com força, mas reinterpretado para o presente. Cintura baixa, tricôs, saias plissadas e baby looks são algumas das peças-chave para quem busca um visual moderno com um toque nostálgico”, destaca Daniela.

Ela também menciona a presença de itens com essa pegada retrô, como os biquínis hot pants e os tops meia-taça. “Essas peças oferecem um charme vintage sem abrir mão do conforto e da segurança.” Já os padrões vichy e as riscas, inspirados nas décadas de 1960 e 1970, continuam a trazer um ar romântico para os looks de praia.



A pegada retrô estará presente em todas as peças

Segundo Daniela, um dos destaques da moda praia 2025 é a versatilidade das peças: “Camisas de algodão e linho, saias fluidas e conjuntos estilo pijama são ótimos exemplos de itens que podem ser usados na praia e em ambientes urbanos. Essas peças são ideais para transitar entre um almoço à beira-mar e um passeio no centro da cidade”.

Marina reforça essa ideia, destacando o papel dos tecidos naturais e orgânicos: “Eles não apenas oferecem conforto, mas também ajudam a criar looks sofisticados e funcionais para o verão”.

Acessórios

Os acessórios também têm um papel essencial para compor os looks de 2025. “Óculos de sol são indispensáveis, especialmente os modelos retrô, como o gatinho, e os futuristas, com armações coloridas e lentes diferenciadas. Eles conseguem transformar um visual simples em algo digno de passarela”, afirma Daniela.

Além disso, os chapéus ganham novas interpretações. “Desde modelos estruturados até opções mais modernas ou retrô, os chapéus são ideais para compor o visual do dia à noite, dentro e fora da praia”, completa a consultora de imagem.



Saída de praia em crochê e acessórios com búzios seguem com tendência



Crochê e animal print: dois hits do verão

Os búzios e as conchas, naturais ou artificiais, aparecem com força tanto em acessórios quanto em aplicações de roupas. “Eles trazem um toque boho chique e uma conexão com a natureza, que combina muito bem com o espírito leve da moda praia.”

Marina acrescenta mais uma peça essencial ao guarda-roupa do verão: os lenços. “Eles serão um dos maiores sucessos da temporada. São incrivelmente versáteis, podendo ser usados como saídas de praia, tops, amarrações na cabeça ou até mesmo como acessórios para bolsas. É um item indispensável para quem busca estilo e praticidade.”

Para 2025, os recortes assimétricos dominam as peças de banho. “Eles criam um visual arrojado e moderno, ideal para quem gosta de inovar. Sandálias plataforma plana e chinelos de salto também são ótimas apostas para compor o look”, finaliza Daniela.

*Estagiária sob a supervisão de Sibele Negromonte



O marrom é a cor do momento



Estampas e cores seguem em alta

Beleza

Para garantir e manter o bronzeado por mais tempo, é preciso seguir algumas dicas antes da exposição e tomar alguns cuidados pós-sol

POR LOANNE GUIMARÃES*

Conquistar aquele bronzeado bonito e marcante é o desejo de várias pessoas, principalmente durante o verão. Mas, para conseguir aquela marquinha e mantê-la por um longo tempo, é importante seguir alguns processos para que o bronze venha de maneira segura.

De acordo com Tatiana Sabaneeff, dermatologista do Hospital Anchieta, para garantir um bronzeado saudável, é indispensável o uso de filtros solares, que protegem a pele contra os raios ultravioleta (UV), associados ao câncer de pele, ao envelhecimento precoce e a queimaduras. “Usar protetor solar não impede a produção de melanina, ou seja, o bronzeado pode ocorrer de forma mais segura, mas ele protege a pele de queimaduras e de danos a longo prazo”, alerta.

Desta forma, contrariando o que muitos pensam, usar protetor solar não impede o bronzeado. Para intensificá-lo, a dica é investir em filtros com fórmulas que ativam o bronze e trazem um resultado bonito, porém com a segurança e a proteção necessárias.

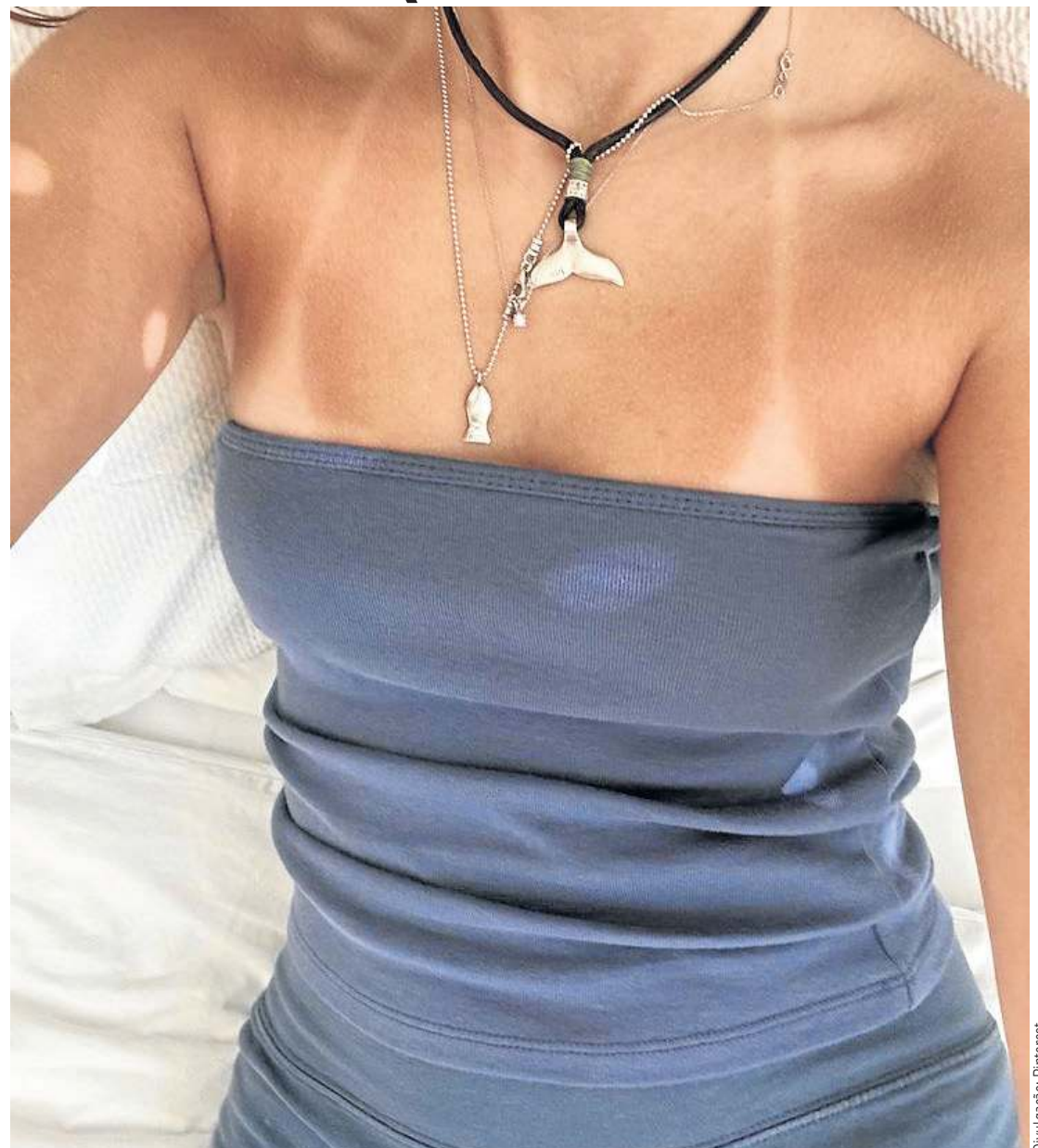
Adquirir a marquinha de forma gradual é outra recomendação para que a cor de pele dure mais. A Sociedade Brasileira de Dermatologia recomenda que se evite a exposição ao sol, além de atenção redobrada entre as 9h e às 15h, e determina o uso de filtros solares com FPS mínimo de 30. O indicado é aplicar o produto antes da exposição ao sol e reaplicá-lo a cada duas horas ou após contato com a água e o suor.

Preparação da pele

Não é indicado usar esfoliantes imediatamente antes ou depois da exposição ao sol, segundo a dermatologista Mariana Moreira. “Antes, a esfoliação pode remover parte da barreira protetora da pele, deixando-a mais vulnerável à radiação UV e ao ressecamento. Depois, a esfoliação pode agravar a sensibilidade da pele, que já estará fragilizada pelo sol, causando irritação e descamação.”

Para a médica, caso a pessoa queira esfoliar a pele, o ideal seria realizar com uma certa

CONQUISTANDO



Divulgação: Pinterest

A MARQUINHA DE SOL



Água autobronzeadora Episol Gold — 150ML (R\$ 99,90)



Protetor solar bronze, da Helioderm (R\$ 40,90)



Gel pós-Sol da Helioderm (R\$ 31,90)



Polpa desodorante hidratante corporal Ekos Buriti, da Natura (R\$ 88,90)



Loção hidratante pós-Sol Fotoequilíbrio, da Natura (R\$ 75,90)

Autobronzeamento

Uma alternativa segura para quem não é adepto a ficar no sol para se bronzear ou para quem já viu o próprio bronzeado desaparecer é o uso de produtos autobronzeadores, que trazem uma cor para a pele de forma gradual, permitindo um aspecto mais uniforme e natural. “Diferentemente dos danos associados aos raios UV, os autobronzeadores utilizam um ingrediente ativo chamado dihidroxiacetona (DHA), que reage com as proteínas da camada superficial da pele para produzir uma cor temporária semelhante ao bronzeado”, explica a dermatologista Mariana Moreira.

antecedência e em períodos de menor exposição solar, sempre com muita hidratação e uso diário de protetor solar para proteger a derme.

Além dos cuidados com a pele, a alimentação pode ser uma grande aliada no processo de bronzeamento, unindo sabor e funcionalidade. “Alimentos ricos em betacaroteno, como cenoura, abóbora, batata-doce, manga e mamão, ajudam na produção de melanina, favorecendo o bronzeamento. Já os ricos em vitamina C (laranja, kiwi, acerola) ajudam a estimular a produção de colágeno, o que melhora a saúde da pele e prolonga o bronzeado”, ensina Jéssica Chaves, nutricionista clínica e esportiva.

A hidratação, tanto da pele quanto do corpo, desempenha um papel crucial na durabilidade do bronzeado, pois evita o ressecamento da pele, que pode levar à descamação e prejudicar a uniformidade do bronze. É importante se atentar à quantidade de líquidos ingeridos durante a exposição solar, pois o calor faz com que o corpo perca líquido através da transpiração. “Para garantir a hidratação ideal, recomenda-se consumir 40ml de água por kg de peso corporal”, sugere.

Cuidados pós-sol

O calor e o bronzeamento podem ressecar ainda mais a pele, pois ela fica muito exposta aos raios solares, ao cloro presente nas piscinas

e à água salgada do mar. A hidratação mantém a elasticidade e a luminosidade da derme, ajudando a reter o pigmento por mais tempo. A aplicação de produtos com ação calmante, hidratante e reparadora (aloe vera e pantenol, por exemplo), assim como a hidratação com loções ou cremes, que podem ser combinados com o uso de óleo corporal, ainda no chuveiro, são excelentes aliados na operação de manter a marquinha de sol.

A alimentação também é essencial nesse processo. Após a exposição solar, a recuperação da pele depende de nutrientes que regeneram as células e estimulam a produção de colágeno. “Proteínas e aminoácidos são essenciais para a reconstrução celular e podem ser encontrados em

carnes magras, ovos, peixes e leguminosas. O ômega-3, presente em peixes gordos (salmão, sardinha, atum), linhaça, chia e nozes, reduz inflamações e promove a regeneração celular da pele”, complementa a nutricionista.

Banhos muito quentes não são indicados, já que podem ressecar a pele e acelerar a descamação, contribuindo para o desbotamento do bronzeado. Então, o ideal é optar por banhos mornos ou frios para preservar a saúde da barreira cutânea.

A dermatologista Mariana Moreira explica que a exposição a altas temperaturas da água danifica a barreira lipídica da pele, que leva à maior perda de água e, conseqüentemente, à descamação da pele, eliminando as células que contêm mais melanina — pigmento responsável pela coloração da pele.

Mesmo no pós-sol é necessário reforçar o uso de protetor solar para evitar danos adicionais, como descamações, manchas e queimaduras, e proteger-se de mais exposição solar. Com a pele bronzeada, não é indicado a realização de sessões de procedimentos estéticos a laser, pois podem causar manchas. E lembrando que cada pele é diferente, e um acompanhamento regular com dermatologista é o ideal.

***Estagiária sob a supervisão de Sibeles Negromonte**

Para além das águas cristalinas

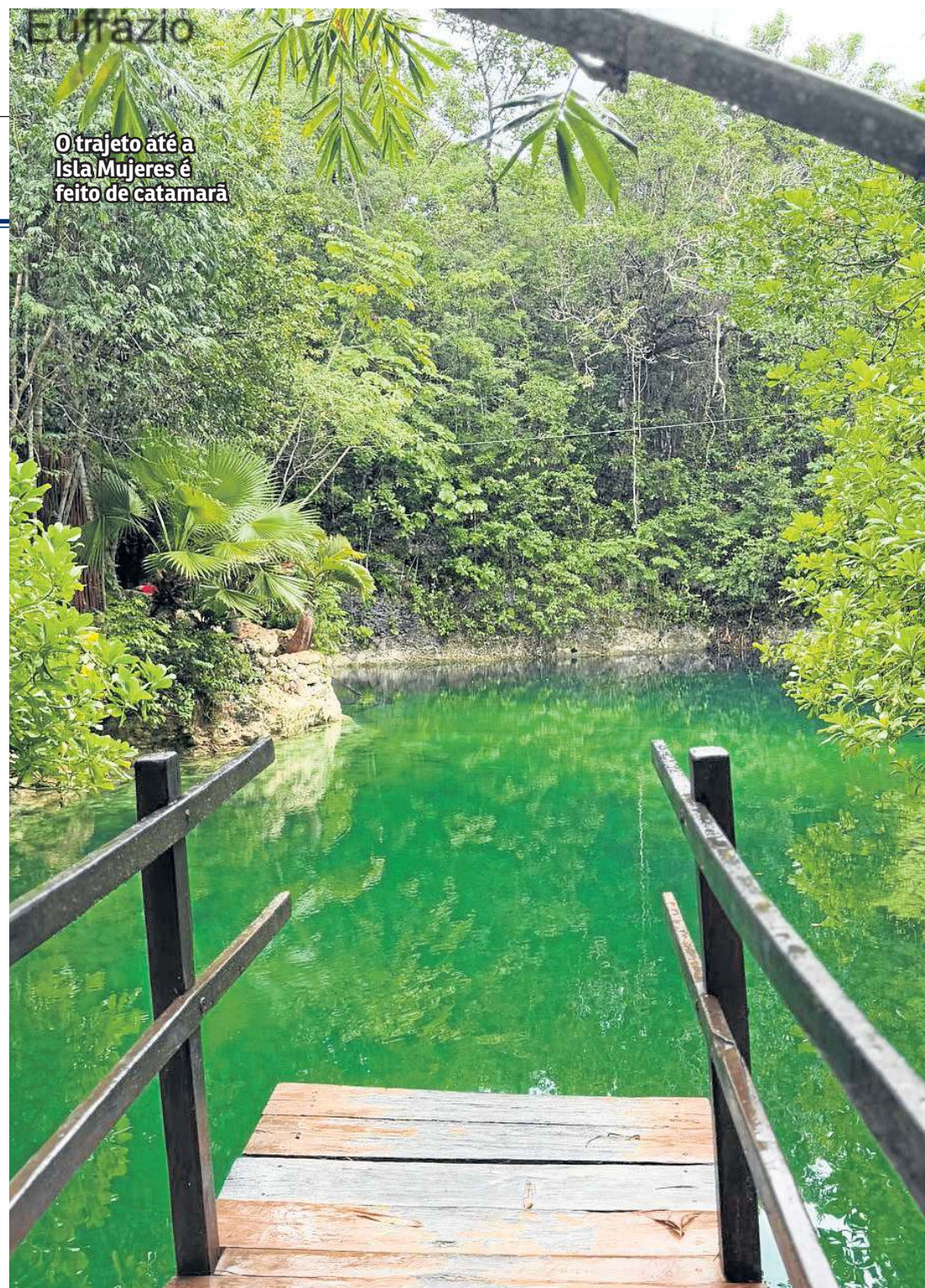
Destino geralmente procurado pela beleza das praias paradisíacas, Cancún oferece muito mais do que belas paisagens às margens do Mar do Caribe

POR MILA FERREIRA

Além de um destino praiano para quem quer aproveitar o verão e tirar fotos instagramáveis, Cancún tem história, natureza, romantismo e cultura. Explorar a cidade mexicana é conhecer um dos berços da civilização Maia, a exuberância de reservatórios naturais e uma vida noturna atraente.

Localizada na Península de Iucatã, no estado de Quintana Roo, Cancún ocupa a costa do Mar do Caribe e é um dos destinos mais procurados por viajantes de todo o mundo, especialmente quem busca um lugar ao Sol para passar as férias e águas cristalinas para lavar a alma. A cidade é dividida entre uma Zona Hoteleira, com diversas opções de resorts e casas noturnas à beira-mar, e a Região Central, onde há restaurantes que oferecem a gastronomia local raiz, mercados e feiras com artesanato tradicional mexicano, além de bares e praças.

A água azul-turquesa e a areia branca como a neve são cartões-postais da cidade e atraem todos os tipos de turistas, de casais em lua de mel a famílias com crianças pequenas. A variedade de atrações noturnas é um chamativo para gru-



Fotos: Divulgação Gol

pos de jovens. Mas Cancún é mais do que isso.

Entre as belezas naturais que o local oferece estão os cenotes, reservas naturais de água doce compostas quando formações rochosas se dissolvem, expondo águas subterrâneas. Essas formações geológicas demoram milhares de anos para se formar, mas, quando se revelam, são verdadeiros espetáculos da natureza. A água doce dos cenotes e a beleza das rochas que os circundam atraem banhistas de todo o mundo. Existem cenotes tanto a céu aberto quanto fechados, esses últimos se assemelham a grutas e cavernas, com a cor azulada das águas contrastando com as suntuosas formações rochosas.

O Cenote Zapote Ecoparque conta com quatro cenotes, dois abertos e dois fechados.

Em todos eles, há a opção de atividades, como trampolins e tirolesas. O parque pré-histórico fica localizado na vila de Puerto Morelos e conta com restaurante, vestiário e outras praticidades. O visitante pode transitar de bicicleta entre um cenote e outro, mas o trajeto também pode ser feito a pé.

Na área arborizada, é possível encontrar réplicas de cemitérios Maias, esculturas que representam aquele povo e caveiras decoradas. No México, a morte é celebrada de forma festiva e, pelo fato de o culto ao fim da vida ser comum, é normal cruzar com caveiras coloridas em suas mais diversas formas em decorações, artesanato e, até mesmo, em parques a céu aberto.



Em Cancún, há cenotes abertos e fechados



O Cenote Zapote é propício para banho

Isla Mujeres

Ainda na Península de Iucatã, a apenas 3 km de Cancún, está a Isla Mujeres, ou Ilha das Mulheres. O trajeto até o local é feito de catamarã e demora pouco mais de uma hora. Além de belas praias, na ilha, está o parque ecológico de Punta Sur, localizado na costa e composto por ruínas de um templo Maia que era utilizado como um santuário de adoração à Ixchel, deusa do amor e da fertilidade.

Ainda na Isla Mujeres, outra opção é o Museu Subaquático de Arte (Musa),

que dispõe de mais de 500 esculturas totalmente submersas. A visita é feita por meio de mergulho com cilindro, que pode ser feito por qualquer pessoa, mesmo que não tenha experiência com a modalidade. Um curso teórico é oferecido no início da experiência, que passa por mais de 500 esculturas distribuídas em uma área de 420 metros quadrados a 10 metros de profundidade.

***A repórter viajou a convite da Gol Linhas Aéreas.**

Ao Caribe, sem escalas

A capital do Brasil voltou a contar com um voo direto para um dos destinos turísticos internacionais mais procurados pelos brasileiros, a cidade de Cancún. O voo é oferecido pela Gol Linhas Aéreas, que voltou a operá-lo no último dia 10 de dezembro. Com duração de oito horas, o trajeto é oferecido às terças e aos sábados. A volta, Cancún-Brasília também estará disponível nos dois dias.

O ministro de Portos e Aeroportos, Sílvio Costa Filho, destacou a importância da ampliação de rotas internacionais aéreas para a economia no Brasil. "A retomada de rotas na aviação dialoga com o atual momento da nossa economia, com o aumento do poder aquisitivo do brasileiro, menor taxa de desemprego dos últimos anos e o maior número de passageiros transportados no mercado internacional deste século", comentou.

"A retomada para Cancún representa um importante passo na expansão internacional da companhia. A combinação única de praias paradisíacas, natureza e cultura é objeto de desejo de muitos Clientes", disse Rafael Araújo, diretor executivo de planejamento da Gol.

O CEO do Conselho de Promoção Turística do Estado de Quintana Roo (CPTQ), Andres Martínez, destacou o impacto que o retorno do voo direto tem para a região. "É a primeira vez que temos, nos últimos cinco anos, um voo direto de uma das cidades mais importantes da América Latina. A governadora Mara Lezama está se esforçando e investindo recursos do CPTQ para continuar promovendo o Caribe mexicano no Brasil. Além disso, as Associações Hoteleiras estão muito felizes. Queremos mais frequências e estamos ansiosos para fazer deste um dos voos mais rentáveis vindos do Brasil", afirmou.

A Smiles Viagens, operadora de turismo do Grupo Gol, disponibiliza pacotes completos com todas as atrações descritas nesta reportagem. Além das passagens aéreas, oferece hotéis, transfer e passeios. Entre os pacotes de destaque, há a opção para o Hilton Cancún Mar Caribe, no sistema all inclusive.

Divulgação Gol



Coco Bongo é uma das casas noturnas mais famosas do mundo

Vida noturna intensa

A Zona Hoteleira de Cancún é repleta de casas noturnas com atrações variadas. A mais famosa é o Coco Bongo, que ficou famosa por ter o mesmo nome da boate que aparece no filme *O Máscara*, estrelado por Jim Carrey e Cameron Diaz. O Coco Bongo foi inaugurado em 1997, três anos depois da estreia do filme. A casa funciona todos os dias, das 21h às 3h, e homenageia o icônico personagem em cada detalhe, deixando viva a memória do filme mesmo 30 anos depois do lançamento.

Mas não são só os amantes das produções de Hollywood que o Coco Bongo atrai. Com

uma estrutura montada para variados tipos de apresentações artísticas, a boate oferece não só bebida e som eletrônico como apresentações covers de bandas famosas, como Queen e Rolling Stones, performances em tecido e trapézio com referências a filmes conhecidos, espetáculos da Broadway e ícones da música pop.

A estrutura do clube se assemelha às casas noturnas de Las Vegas, com artistas e personagens circulando a todo tempo, além de ribaltas de iluminação distribuídas por toda a extensão do clube, gerando uma atmosfera de fantasia e causando no público a sensação de que

também é parte do espetáculo. O sentimento de pertencimento e protagonismo de quem chega é reforçado com as diversas câmeras espalhadas pelo local que, ocasionalmente, capturam imagens do público e reproduzem nos telões. Aos moldes da “câmera do beijo”, comum em estádios esportivos nos Estados Unidos, o Coco Bongo também aposta em brincadeiras, como a “butt cam”, que registra os melhores dançarinos em meio ao público, causando um verdadeiro frisson entre os presentes e estimulando a animação constante entre uma apresentação e outra.

Fotos: Xplor Fuego

Como artistas da Broadway

O público também é convidado a subir ao palco nos intervalos, experimentando a sensação de se apresentar para uma grande plateia. Em uma estratégia de engajamento dos frequentadores, mulheres com vestidos brancos esvoaçantes são convidadas a incorporar Marilyn Monroe em cima de um dos palcos, que conta com um ventilador acoplado no chão para reproduzir a icônica cena do filme *O pecado mora ao lado*.

O ponto alto da ida ao Coco Bongo, entretanto, são as diversas performances apresentadas. Para uma experiência completa, o ideal é chegar ao clube às 21h e ficar até 1h, quando acontece a última apresentação. Shows covers de bandas conhecidas, de cenas de filmes e espetáculos da Broadway contam com dançarinos, músicos, cantores e trapezistas, que se espalham por toda a extensão do local, enchendo os olhos de quem os assiste.

A reprodução de cenas de dois filmes conhecidos são as que fazem mais sucesso: *O Máscara* e *Beatlejuice*. A qualquer momento, bailarinos podem surgir do teto, do chão ou, até mesmo, voando de um lado a outro, em performances circenses que complementam as apresentações musicais.

Movidos à adrenalina

Para os aventureiros que buscam sentir frio na barriga e o sangue correndo nas veias, e também para quem deseja experimentar novas sen-



Passeio de veículo anfíbio por entre cavernas é uma das atrações do parque de aventuras Xplor Fuego

sações, Cancún conta com um parque noturno de aventuras que se assemelha a uma grande caverna e oferece um contato direto com os quatro elementos da natureza: água, ar, terra e fogo, este último faz parte da identidade do local.

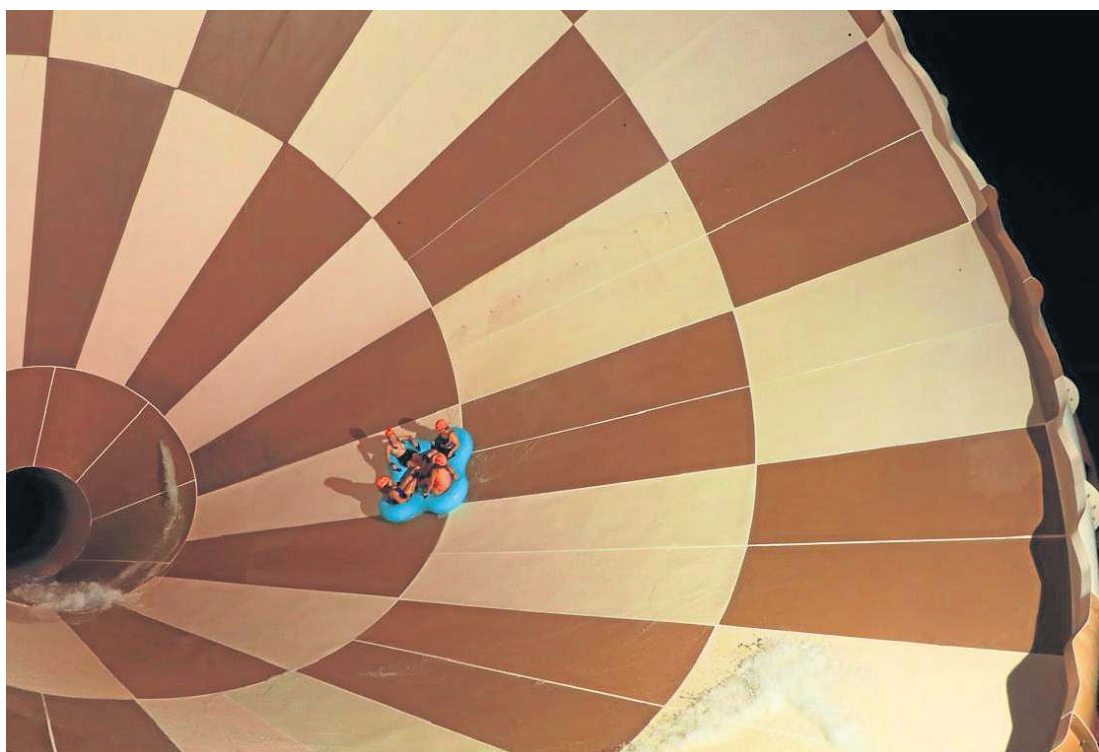
Denominado de XPlor Fuego, o parque é o único que oferece aventuras noturnas em Cancún e também traz uma experiência completa desde a chegada. Com sete linhas diferentes de tirolesa, rios de stalactites, o único tobogã cinco em um do mundo e a oportunidade de dirigir veículos anfíbios — aqueles projetados para transitar tanto por terra firme quanto por rios, lagos e mar — por entre as cavernas, o parque tem se tornado a atração queridinha dos turistas que visitam o caribe mexicano.

Antes de adentrar o parque, é preciso se paramentar com equipamentos de segurança: sapatilha aquática e capacete. Sem os instrumentos de proteção, não é permitido transitar no local. Após deixar os pertences no guarda-volumes, a aventura guiada começa pelo tobogã, conhecido como Tobogãxote. A descida dura um minuto e quarenta segundos e começa a 41 metros de altura. A viagem é feita em uma boia com quatro pessoas. São quatro tipos diferentes de descida, incluindo uma esfera onde a boia balança tal qual um pêndulo. A jornada termina em uma piscina de ondas de onde é possível ter uma vista privilegiada do céu de Cancún.

A segunda parada é o ponto de partida para um passeio de cinco quilômetros feito por entre cavernas, pontes e pequenos riachos. O trajeto é feito em um veículo anfíbio e é iluminado apenas pela luz da Lua e por tochas de fogo. No carro, cabem quatro pessoas, que podem se revezar ao volante. As réplicas dos dinossauros, tochas de fogo, stalactites e a mata virgem encontradas no caminho geram a sensação de estar explorando a Idade da Pedra.

Por fim, um circuito de sete tirolesas, as mais altas da Riviera Maya. As descidas têm alturas e velocidades distintas. O trajeto começa a 45 metros de altura e termina oito metros abaixo do solo. “De tirar o fôlego”. “eu me senti no filme *Indiana Jones*”. “se arrepiar” são alguns dos relatos dos visitantes ao fim das aventuras.

O Xplor Fuego conta com o único tobogã 5 em 1 do mundo



Uma nova fronteira

As redes sociais transformam o consumo literário dos jovens, facilitando o acesso à leitura e promovendo a diversidade de vozes.

Porém, especialistas alertam para os desafios, como a superficialidade de informações e a pressão por consumo rápido

POR LUIZA MARINHO*

O impacto das redes sociais na leitura, especialmente entre os jovens, tem se intensificado nos últimos anos. Plataformas como TikTok, Instagram e X (antigo Twitter) se tornaram grandes aliadas na indicação de livros e na promoção de novas formas de se relacionar com a literatura. De acordo com a pesquisa *Retratos da Leitura no Brasil*, 28% dos brasileiros afirmam que a internet influencia diretamente suas escolhas literárias, sendo que mais de 60% dos jovens entre 10 e 29 anos mencionam os influenciadores digitais como responsáveis por essas indicações.

Fotos: Reprodução/Pinterest

Para seguir

Confira alguns perfis do Instagram com resenhas de livros para quem adora ler ou para quem quer entrar nesse universo mágico

@bookster — Com mais de 587 mil seguidores, o advogado Pedro Pacifico compartilha resenhas que vão de clássicos a obras recém-lançadas.

@impressoesdemaria — A criadora de conteúdo digital Maria Ferreira indica aos quase 63 mil seguidores obras com enfoque em raça e gênero.

@livrosdodrii — O adolescente Adriel Bispo começou ainda criança a compartilhar sua rotina de leitura de livros de aventura, com enredos fantásticos. Sofreu ataques racistas, ganhou apoio da comunidade leitora e hoje soma 390 mil seguidores.

@otiagovalente — Popular no TikTok, Tiago Valente também compartilha leituras, resumos de livros e curiosidades sobre autores famosos com seus 166 mil seguidores do Instagram.

@livraneios — Com um perfil divertido no TikTok Nanna dá dicas de autores brasileiros independentes ou que estão começando.

@antoniofagundes — Em seu perfil no Instagram, que soma mais de 2 milhões de seguidores, o famoso ator indica livros e faz leitura de poemas.



As redes sociais estão conectando jovens à literatura de forma rápida e divertida, tornando a leitura uma experiência mais acessível e prazerosa

aos leitores que querem expor a própria opinião sobre algum livro específico”, reflete.

No entanto, Paz também vê um ponto negativo nesse processo, ligado ao ritmo acelerado das redes digitais. “As redes provocam estímulos que consistem na procura por informações de rápida compreensão, que caibam em um vídeo de, no máximo, um minuto de duração. Se passar desse tempo, a informação não seguirá os padrões altamente observados no meio digital atual, o que causará tédio em quem acompanha aquele conteúdo.”

Além disso, o professor acredita que as fanfics, histórias criadas por fãs de uma obra já existente, como livros, filmes, séries de TV ou até mesmo jogos, têm um papel significativo na aproximação dos jovens com a literatura. “As fanfics surgem a partir da necessidade de extensão de um universo já estabelecido por um escritor específico, mas que pode ganhar novas histórias com a visão de mundo dos leitores. Assim, uma personagem favorita pode viver novas aventuras de acordo com as ideias do leitor que se sente próximo daquela narrativa.”

A estudante de comunicação Fernanda Gonçalves compartilha como o TikTok foi fundamental para ampliar seu interesse pela leitura durante a pandemia. “Antes, eu já lia um pouco, mas foi durante a pandemia que comecei a ver cada vez mais vídeos sobre livros no TikTok. Ler e fantasiar os cenários se tornaram algo cotidiano graças a isso”, conta.

Ela também destaca como o formato curto e objetivo das redes sociais em geral se encaixa com o comportamento de consumo rápido das novas gerações. “Tenho 19 anos, estou acostumada a consumir conteúdo rápido. As redes sociais trouxeram a leitura de uma forma diver-

tida e sem aquela pressão de ser algo maçante. Eu comecei a me identificar muito com as indicações, resenhas e comentários, e isso fez com que a leitura se tornasse algo muito mais prazeroso para mim”, acredita.

Democratização

Caroline Farias, professora de língua estrangeira, por sua vez, ressalta o papel transformador das redes sociais na democratização da literatura, destacando como essas plataformas permitem que leitores de diferentes origens se conectem com obras literárias. “A facilidade de acesso a essas redes representa uma transformação significativa na forma como consumimos literatura. Elas promovem a inclusão de diversas vozes e permitem que qualquer pessoa, independentemente de sua classe social ou nível educacional, possa se engajar com livros e autores, sejam eles consagrados, sejam iniciantes.”

Ela também comenta sobre a capacidade das plataformas digitais de transformar a leitura para a geração Z, como o caso de Fernanda. “Com seus vídeos curtos e assertivos e textos não tão longos, atende às ansiedades da geração Z, e isso transforma a leitura em uma experiência mais atraente e adaptada aos novos tempos”, comenta.

***Estagiária sob a supervisão de Sibeles Negromonte**

Um país que lê pouco

A 6ª edição do levantamento *Retratos da Leitura no Brasil*, divulgado em novembro do ano passado, apontou que 53% dos entrevistados não leram nem mesmo parte de uma obra nos três meses anteriores à pesquisa. É a primeira vez na série histórica que o estudo conclui que a maioria dos brasileiros não leem livros. O levantamento considerou tanto a leitura de livros impressos quanto digitais, além de não restringir qualquer gênero, incluindo didáticos e religiosos. O número de não leitores verificado em 2024 representa um aumento de cinco pontos percentuais em relação ao de 2019, que era a edição mais recente da pesquisa.

Fábio Paz, professor de literatura da Universidade Católica de Brasília, compartilha uma visão equilibrada sobre a relação entre as redes sociais e o consumo literário. “A relação entre literatura e redes sociais deve ser vista a partir de diversas perspectivas. Inicialmente, em âmbito mais otimista, percebe-se que as redes são altamente favoráveis à divulgação de obras de escritores variados, além de disponibilizar um espaço interessante

Fitness e Nutrição

Um refresco no calor



Durante as altas temperaturas do verão, manter-se hidratado se torna ainda mais essencial para a saúde. Confira algumas opções criativas que combinam frescor, sabor e nutrição

POR LOANNE GUIMARÃES*

Manter o corpo hidratado é essencial para a saúde e o bem-estar, principalmente durante o calor do verão. A água é fundamental para o bom funcionamento do organismo, pois regula a temperatura corporal, transporta nutrientes, elimina toxinas e preserva a integridade celular. Mas engana-se quem acredita que beber água é a única maneira de se manter hidratado. Mesmo que essa seja a opção mais simples e eficiente, existem diversas outras maneiras de manter o corpo hidratado adequadamente e, ainda melhor, de maneira apetitosa e divertida!

A ingestão da própria água pode ser feita de uma maneira criativa: combinada com frutas e ervas. Algumas fatias de limão, laranja, morango e folhas de hortelã e manjeriço adicionam sabor e tornam o consumo mais agradável. A água de coco, além de ser saborosa, é rica em potássio e sódio, ajudando a manter o equilíbrio eletrolítico e a hidratação de forma natural e saudável.

Outra alternativa são os chás gelados, que trazem refrescância nos dias quentes. Podem ser feitos com o sabor das próprias

ervas, como hibisco, hortelã, erva-doce ou camomila, ou com frutas. O modo de preparo pode ser feito de forma prática, com sachês prontos, ideal para quem está viajando, ou de forma convencional, utilizando a própria erva ou a fruta desidratada.

Coquetéis sem álcool são uma saudável e saborosa para hidratação no verão, desde que feitos com ingredientes naturais e pouco açúcar. Para a nutricionista Rejane Souza, eles são refrescantes, nutritivos e podem ser adaptados para atender a diferentes gostos. "Use frutas frescas em vez de concentrados. Capriche na apresentação, com frutas decorativas e copos bonitos, para torná-los ainda mais atrativos", sugere.

O consumo de frutas, como melão, melancia, abacaxi e morango é uma ótima opção, pois une uma alta concentração de água com nutrientes e são fáceis de consumir durante o dia. Não se esqueça dos legumes e vegetais, como alface, tomate e pepino, que também são ótimos aliados na hidratação.

Além disso, sucos de frutas feitos, preferencialmente, sem adição de açúcar, são boas fontes de vitaminas. Os smoothies, uma mistura de frutas com iogurte ou bebida vegetal, podem fornecer hidratação de maneira diferente e nutritiva.

Calor X hidratação

Durante o verão, as temperaturas elevadas aumentam a transpiração e exigem uma maior ingestão de líquidos. A quantidade ideal de água varia de pessoa para pessoa, segundo a nutricionista Raíssa Boaventura, mas as recomendações gerais para essa estação podem ser um pouco mais altas do que no restante do ano.

"A recomendação básica para adultos é consumir aproximadamente 2,5 a 3 litros de água por dia, mas, no verão, pode ser necessário mais para repor o que é perdido pelo suor. As necessidades podem ser ainda maiores se você estiver praticando exercícios físicos ao ar livre ou passando muito tempo no Sol."

A nutricionista ainda sugere: se o suor aumentou, beba líquidos ao longo do dia, não espere sentir sede, pois a sede é um sinal de que o corpo já está começando a desidratar.

De acordo com a nutricionista Tatiana Toledo, o calor característico do verão faz com que algumas funções fisiológicas do corpo humano sofram alterações, como o aumento da produção de suor. "O suor é composto de água e eletrólitos (sódio, potássio, cloreto), e é justamente essa perda extra de água que deve ser repostada com maior cautela na estação", completa.

Com isso, a hidratação precisa oferecer uma combinação de líquidos e eletrólitos para ser eficaz nesses casos. A própria água de coco, alguns chás e bebidas esportivas hidratantes proporcionam uma excelente reposição desses eletrólitos.

No entanto, no caso das bebidas esportivas, é preciso ter uma ingestão moderada, já que muitas também contêm açúcares adicionados, o que pode não ser ideal para a hidratação diária. Elas são formuladas para repor líquidos, sódio e carboidratos durante ou após atividades físicas intensas. "Se você não pratica exercícios intensos ou prolongados, não é necessário consumir bebidas esportivas regularmente. A água e os sucos naturais são adequados para manter o corpo hidratado na maioria das situações," afirma Raíssa Boaventura.

Receita de limonada

Ingredientes

- 1 pedaço de abacaxi + folhas de hortelã
- 1 laranja, sem casca e sem sementes
- Suco de 1 limão-siciliano
- 500ml de água natural com gás
- 5 cubos de gelo

Modo de preparar

- Corte a laranja em quatro pedaços
- Bata todos os ingredientes no liquidificador
- Finalize com gelo e ramos de alecrim

Rendimento: 2 porções

Divulgação: Leão



Preparo para Drinks
Leão sabor Pêssego —
10 Sachês (R\$ 12,49)

E quem tem dificuldade em bater a meta diária?

Com essas estratégias sugeridas pela nutricionista Raíssa Boaventura, é possível driblar as dificuldades em atingir a quantidade recomendada de líquidos:

Carregar uma garrafa de água: tenha sempre uma garrafa de água por perto para lembrar-se de beber regularmente.

Consumir alimentos ricos em água: inclua frutas e vegetais com alto teor de água em sua rotina alimentar.

Variar o consumo: alterne entre diferentes bebidas hidratantes,

como chá gelado ou sucos sem açúcar, para tornar a ingestão de líquidos mais interessante.

Beber antes das refeições: tente beber um copo de água 20 minutos antes de cada refeição. Isso ajuda a manter o corpo hidratado e também pode auxiliar no controle do apetite.

Usar aplicativos de hidratação: existem vários aplicativos que ajudam a monitorar a quantidade de água que bebemos ao longo do dia, incentivando a ingestão regular.

Atenção à desidratação!

A desidratação pode ser causada pela ingestão insuficiente de água ou pela perda excessiva de líquidos devido à transpiração nas altas temperaturas do verão. O principal indicativo de que o corpo precisa de mais água é a sensação de sede, e manter-se

hidratado durante todo o dia é a melhor prevenção.

Conforme a nutricionista Rejane Souza, observar a cor e a frequência da urina é uma maneira de avaliar se a ingestão de líquidos está adequada. "Cor clara ou levemente amarela é um dos melhores indicadores de boa hidratação."

***Estagiária sob a supervisão de Sibe Negromonte**

fastescova

Fast Escova não é só escova!

Oferecemos tratamentos capilares, tranças, penteados, makes, cuidados com as unhas, sobrancelha, e muito mais. Tudo sem hora marcada, de domingo a domingo.

Venha até a unidade mais próxima e garanta o seu desconto

fastescova
308 SUL



Leia o QR CODE e nos acompanhe no Instagram

308 Sul
Bloco D Loja 24

fastescova
LAGO NORTE



Leia o QR CODE e nos acompanhe no Instagram

Shopping Deck Norte
Lago Norte

fastescova
VICENTE PIRES



Leia o QR CODE e nos acompanhe no Instagram

Rua 5, Chácara 181,
Ed. Talismã



Obs: Desconto apenas para serviços capilares

A hora do check-up

POR SIBELE NEGROMONTE

Que tal incluir, entre as resoluções de início de ano, maior atenção à própria saúde? E o primeiro passo pode ser com um check-up. Crianças, adolescentes, adultos e idosos precisam estar atentos à realização de exames periódicos.

“O check-up em adultos é uma avaliação preventiva que pode ajudar a identificar fatores de risco ou condições de saúde precocemente. A frequência e o tipo de exames recomendados dependem da idade, do sexo, do histórico familiar e dos fatores de risco individuais”, explica Marcelo Maia, médico intensivista e coordenador de UTI do Hospital Anchieta. “O médico pode personalizar a frequência e o tipo de exames de acordo com o histórico familiar, o estilo de vida e as condições preexistentes.”

Gleidson Viana, diretor médico do Exame Medicina Diagnóstica, da rede Dasa, reforça que check-ups periódicos ajudam a identificar precocemente doenças silenciosas, como hipertensão, diabetes e câncer. “Monitora fatores de risco (colesterol alto, obesidade, etc.) e garante qualidade de vida por meio de prevenção”, acrescenta. O especialista ressalta a importância de manter o cartão de vacinação em dia, inclusive, os adultos. “A imunização previne doenças graves e suas complicações, contribui para a imunidade coletiva, protege populações vulneráveis e garante proteção contra surtos de doenças controladas, como sarampo e difteria.”

O check-up em crianças e adolescentes também é fundamental. “Em geral, incluem exames de sangue, como hemograma completo, glicemia, colesterol, triglicerídeos e avaliação do ferro, que ajudam a identificar anemias e outras alterações metabólicas”, detalha Clodoaldo da Silveira Jr. pediatra e diretor do Hospital Anchieta Ceilândia. Ele destaca que exames de urina e fezes são importantes para detectar infecções e verminoses. “A saúde dos olhos e ouvidos também merece atenção, com avaliações oftalmológicas para identificar problemas como miopia e astigmatismo, e exames auditivos, especialmente a partir dos 4 anos, para detectar possíveis perdas que possam impactar o desenvolvimento. Não podemos esquecer da saúde bucal, que deve ser acompanhada regularmente para prevenir cáries e outras doenças odontológicas.”

PRINCIPAIS EXAMES PREVENTIVOS DE ROTINA PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES

Crianças

- Deve-se realizar a avaliação pediátrica regular (peso, altura, desenvolvimento psicomotor).
- Exames de sangue de rotina (hemograma, ferro, vitamina D, glicemia, tipagem sanguínea).
- Avaliação oftalmológica (primeiro exame aos 6 meses, depois anualmente ou conforme recomendação médica).
- Exames auditivos (triagem auditiva neonatal e acompanhamento, se necessário).
- Exames odontológicos.
- Parasitológico de fezes (especialmente em áreas de risco).
- Testes para alergias (em caso de suspeitas).

Adolescentes

- Hemograma completo e perfil lipídico.
- Exame de glicemia.
- Avaliação hormonal em caso de alterações puberais.
- Triagem de DSTs, conforme orientação médica.
- Avaliação ortopédica, se houver queixas posturais.
- Exames oftalmológicos e odontológicos regulares.

EXAMES PREVENTIVOS PARA MULHERES

- Papanicolau (a partir dos 25 anos ou início da vida sexual, anualmente ou conforme orientação).
- Mamografia (a partir dos 40 anos ou antes, se houver histórico familiar).
- Densitometria óssea (após a menopausa ou em casos de risco).
- Ultrassonografia pélvica e transvaginal (anual ou conforme recomendação).
- Testes hormonais, como TSH e T4 (avaliação da tireoide).
- Triagem para DSTs e HIV.
- Exame dermatológico para identificação de lesões suspeitas.

EXAMES PREVENTIVOS PARA HOMENS

- Antígeno Prostático Específico (PSA) a partir dos 50 anos (ou antes, se houver histórico familiar).
- Ultrassonografia da próstata (se indicado).
- Exame de colonoscopia (a partir dos 50 anos).
- Eletrocardiograma (anualmente, especialmente após os 40 anos).
- Testes para DSTs e HIV.
- Avaliação dermatológica e check-up odontológico.

Fonte: Gleidson Viana, diretor médico do Exame Medicina Diagnóstica, da rede Dasa no DF



Aproveite o início do ano para realizar exames que podem prevenir ou detectar doenças silenciosas. Conheça os principais deles, por faixa etária e gênero

PARA AMBOS OS GÊNEROS

- Hemograma completo, glicemia e perfil lipídico.
- Exame de urina e função renal.
- Avaliação da função hepática.

EXAMES DE ROTINA PARA IDOSOS

- Hemograma completo e avaliação metabólica (glicemia, colesterol, triglicerídeos, função renal e hepática).
- Exames cardiológicos: eletrocardiograma, ecocardiograma e teste ergométrico.
- Densitometria óssea (para rastrear osteoporose).
- Avaliação oftalmológica (glaucoma, catarata).
- Triagem para câncer (mamografia, colonoscopia, PSA, etc.).
- Testes cognitivos e de saúde mental.
- Avaliação da tireoide (TSH e T4).
- Exames de vitamina D e cálcio.

PRINCIPAIS DOENÇAS QUE PODEM SER PREVENIDAS

- Diabetes.
- Hipertensão arterial.
- Dislipidemias (colesterol e triglicerídeos).
- Câncer de mama, colo do útero, próstata e intestino.
- Osteoporose.
- Doenças infecciosas (HIV, sífilis, hepatites).
- Glaucoma e outras doenças oculares.
- Anemias e deficiências vitamínicas.

VACINAS RECOMENDADAS PARA ADULTOS

- Influenza (anual).
- Covid-19 (reforços conforme orientação do Ministério da Saúde).
- Hepatite B (três doses, se não vacinado na infância).
- Tétano e difteria (reforço a cada 10 anos).
- Tríplice viral (sarampo, caxumba e rubéola, se não vacinado anteriormente).
- HPV (até 45 anos, dependendo do sexo e da indicação).
- Febre-amarela (dose única ou reforço, conforme área de risco).
- Pneumocócica e herpes zóster (para idosos ou grupos de risco).

Palavra do especialista

Palavra do especialista

Com que frequência deve ser realizado o check-up?

Em adultos jovens (20-39 anos), a cada dois ou três anos, dependendo da saúde geral. Em adultos de meia-idade (40-64 anos), anual ou bienalmente, dependendo dos fatores de risco. Nos idosos (65 anos ou mais), deve ser feito anualmente.

Qual a frequência dos exames por faixa etária?

De 20 a 39 anos, avaliações gerais de peso, altura e cálculo do IMC; pressão arterial; perfil lipídico (colesterol e triglicerídeos) a cada cinco anos ou antes, se houver risco; glicemia em jejum a cada três anos ou antes, se houver risco de diabetes; sorologias para ISTs. No caso das mulheres, acrescentar o Papanicolau. É importante ainda atualizar o calendário vacinal, como HPV, hepatite B e dTpa.

De 40 a 64 anos, exames cardiovasculares, com perfil lipídico e glicemia anualmente; função renal (creatinina e ureia) e exame de urina. As consultas oftalmológicas devem ocorrer a cada dois a quatro anos para detecção de glaucoma ou outros problemas. Para avaliação de câncer, mamografia (mulheres, a partir dos 40 a 50 anos) e PSA (homens, a partir dos 50 anos ou 45 se houver histórico familiar). A partir dos 45 a 50 anos, é importante também fazer o rastreamento de câncer colorretal, com colonoscopia ou pesquisa de sangue oculto nas fezes; assim como avaliação de osteoporose, principalmente as mulheres na pós-menopausa.

Para pessoas com 65 anos ou mais, deve-se fazer rastreamento de osteoporose (densitometria óssea) e de câncer de cólon, assim como avaliação cognitiva e triagem para depressão. Nessa fase, as vacinas importantes incluem pneumocócica, herpes-zóster e reforços para gripe anual.

Qual a importância do acompanhamento individualizado?

Embora essas sejam diretrizes gerais, o médico pode personalizar a frequência e o tipo de exames de acordo com o histórico familiar, estilo de vida e condições pré-existent. Consulte sempre um clínico geral ou médico de família para orientações específicas.

Marcelo Maia, médico intensivista e coordenador de UTI do Hospital Anchieta, pertencente à Kora Saúde

Colônias de Férias



Divulgação/Colônia de Férias AAB

DIVERSÃO PARA A GAROTADA

POR LUIS FELLYPE RODRIGUES* E HENRIQUE SUCENA*

Com o fim das aulas e a chegada das férias, os pais e responsáveis vão em busca de atividades para os filhos se distraírem e gastarem energia. Para isso, veem as colônias de férias como boas opções. Os espaços contam com várias atrações que vão desde natação, pintura de rosto e brincadeiras em parquinhos, até passeios a cavalo e pescaria.

O proprietário da colônia de férias da PLIM (@atividadesplim), Daniel Lima, conta que para

2025 haverá uma programação especial para garantir a diversão da meninada. “Ela se inicia em 06 de janeiro e vai até 31 de janeiro. Recebemos crianças de 4 até 12 anos. Na abertura, os pequenos participarão de um festival de dindin e show de mágica, além de brincar em piscinas, parquinhos e jogar futebol”, detalha. Essa será a 32ª edição da colônia da instituição.

Daniel afirma que a colônia oferece um modelo educativo, bem estruturado e focado nas competências da criança. Ele explica que o principal objetivo é o desenvolvimento da

criança como um todo, prestando-lhe assistência integral e cuidando da sua segurança física e emocional. Segundo o proprietário, a PLIM é destinada às necessidades de uma família atarefada, como aquelas em que os pais ou responsáveis trabalham fora e não têm com quem deixar os filhos.

Quem se enquadra nesse quesito é a bancária Adriana Ventura, 48 anos, que deixa a filha Maria, 10, há cinco anos na PLIM. A carioca não tem família na cidade. “A colônia é uma forma de eu ir trabalhar mais tranquila.

Além disso, as crianças interagem umas com as outras, curtem as férias, aprendem, passeiam e praticam esportes”, descreve. “Vou levar minha menina para lá quantas vezes for necessário. Até porque não é só para minha comodidade, é um espaço onde ela gosta de ir e tem uma interação legal com todo mundo.”

Adriana lembra que desde o primeiro dia Maria se adaptou bem, e o receio de a garota não gostar do lugar não durou muito tempo. “Quando vamos buscar os filhos, notamos que eles estão com amiguinhos novos, e isso com certeza ajuda no desenvolvimento social da criança, pois ela começa a interagir não só com a família em casa e as amizades da escola”, relata.

Ar livre e natureza

Outra opção para diversão nas férias é a Pine Tree Farm (@pine_tree_farm), que atenderá os pequenos de 2 a 14 anos entre 9 e 31 de janeiro. De acordo com o fundador do espaço, Guilherme Crispim Hundley, o principal foco do local é proporcionar atividades ao ar livre e na natureza, mas há experiências para todos os gostos. “Temos brincadeiras com artes, esportes, recreação, educação ambiental, teatro, música, jogos e aprendizados científicos. Buscamos oferecer não só o contexto de fazendinha”, relata. “A maior novidade para esta temporada é uma tirolesa que estará disponível para a criançada”, reforça.

Guilherme fala sobre a importância do espaço para desenvolver a autonomia das crianças. “Muitos pais falam que os meninos não comem feijão, por exemplo. Depois de alguns dias na colônia, mandamos vídeos dos pequenos comendo o alimento. Outro exemplo é com aqueles que não ficam longe da babá, e aqui mudam”, exemplifica. O local também serve como desapego dos meios digitais, pois aparelhos eletrônicos não são permitidos. Os pais têm contato com os filhos através de um grupo, em que são informados o tempo inteiro sobre como está a criançada.

A revisora de texto Magda Carlos viu na Pine Tree Farm uma boa opção para que o filho, César, ampliasse seu círculo de amizades com outras crianças, realizando atividades lúdicas em contato com a natureza. Aos 7 anos, o menino foi para a colônia pela terceira vez em 2024, e a mãe disse que a família se apaixona cada vez mais.

“Gostamos muito de lá. Gostamos do espaço, do tratamento de toda a equipe, dos alimentos oferecidos e das atividades executadas. Na primeira semana, ele ficou apenas no turno

Divulgação/Colônia de Férias AAB



Divulgação/Pine Tree Farm



Colônia de férias da Pine Tree Farm

vespertino, mas chegou em casa na sexta-feira pedindo para ir novamente na outra semana, mas dessa vez em período integral. No fim das contas, participou por duas semanas e, ainda, esteve presente nas atividades noturnas, às quin-

tas”, afirmou Magda. Depois das experiências positivas, ela declara planejar levá-lo para colônias de férias mais vezes nos próximos anos.

Desenvolvimento infantil

Com mais de 15 anos de atuação fazendo a alegria da garotada, a colônia de férias da AAB (@coloniadeferiasaabb_brasilia) está com as inscrições abertas para a próxima temporada, que vai de 6 a 24 de janeiro. O educador físico e sócio-fundador da colônia, Breno Cerutti, disse que as vagas são limitadas e os pais não podem perder tempo.

“Contribuímos para o desenvolvimento das crianças por meio de atividades esportivas recreativas e de inclusão social. Os participantes aprendem a importância da conscientização ecológica e do cooperativismo para a convivência em grupo”, descreve Breno. Além desses aprendizados, os pequenos poderão participar de gincanas esportivas, recreativas, brinquedos infláveis, futebol de sabão, jogos educativos e atividades interativas. A criançada também terá a oportunidade de curtir um cinema com pipoca e muito mais.

***Estagiários sob supervisão de Sibe**
le Negromonte



Fotos: Reprodução/Pinterest

Tradicionalmente, 6 de janeiro é o data de desmontar a árvore de Natal. Confira as dicas para guardar todos os itens com segurança para usá-los novamente no fim de 2025

POR AILIM CABRAL

Com o fim dos festejos de fim de ano, é chegada a hora de cair na realidade e esquecer, pelo menos por um ano, a magia do Natal. E embora muitos acabem deixando a árvore natalina de pé até quase o carnaval, existe uma data considerada a correta para desmontar a vila do Papai Noel. Amanhã, 6 de janeiro, é o Dia de Reis, que, na tradição cristã, marca a visita dos três reis magos a Jesus, na manjedoura, e é tido como o fim do ciclo natalino, sendo, tradicionalmente, a data em que as famílias desmontam a árvore e as outras decorações.

Mas, salvo para os que fazem questão de manter as tradições, quando se fala em melhor período para organizar a casa após as celebrações, o ideal é que ocorra no seu tempo. Para a personal organizer Thaís Soroa, o melhor momento é quando você estiver mais tranquilo, e o alvoroço de fim de ano tiver passado. “Separe um tempo para organizar tudo com calma e aproveitando o momento”, completa Thaís.

Ela explica que, embora o Dia de Reis seja a referência mais comum, muitas pessoas gostam de manter a decoração até o fim de janeiro, e isso é uma escolha pessoal de cada família.

Começando a arrumação

A personal organizer Bárbara Volnei indica que os itens espalhados pela casa, como Papais Noéis, guirlandas, velas, presépios e outros objetos do tipo sejam os primeiros a ser retirados. “Isso facilita a visualização de tudo o que você tem e a organização correta para cada item, deixando a árvore para o final”, ensina.

O ideal é separar os enfeites por tipo e tamanho, mantenha todas as bolas juntas em uma caixa, por exemplo. Os laços devem ter uma caixa para si, mas se estiverem na mesma que os outros objetos, devem ficar por cima, para que não sejam amassados.

Enfeites de vidro ou cerâmica também



As bolas de Natal devem ficar sozinhas em uma caixa

precisam de cuidado especial. Podem ser embrulhados em plástico bolha ou em algum tecido. Se todos os enfeites estiverem em uma mesma caixa, o ideal é que ela tenha divisórias ou que eles sejam separados por algum tipo de papel ou pano.

O pisca-pisca também exige um cuidado extra, já que facilmente fica embolado, causando um transtorno na hora de montar a decoração no ano seguinte ou, até mesmo, ficando inutilizado. O ideal é usar algum tipo de cano, que pode ser de pvc ou outro material, para enrolar o fio.

Bárbara indica que ele não deve ser enrolado muito apertado, pois isso pode danificar o pisca-pisca. Para usar novamente, é só pegar o suporte e ir desenrolando aos poucos, conforme posiciona o fio na árvore, o que é também mais fácil do que quando o pisca-pisca está todo solto.

Desmontando a árvore

Na hora de desmontar a árvore em si, Thaís recomenda que primeiro sejam retirados os itens menores e mais frágeis, como as bolas e os adornos mais delicados, que podem quebrar com mais facilidade durante o processo. Em seguida, vá removendo os outros enfeites até faltar somente a árvore.

Depois de compactá-la ao máximo, é hora de proteger o grande destaque da decoração natalina. Thaís comenta que há, atualmente, sacos plásticos e capas protetoras feitas especialmente para árvores de Natal. “Existem diversos modelos e tamanhos no mercado. Atente-se para o tamanho da sua árvore e da capa protetora. Mantenha-a em um local seco e longe de objetos pesados que possam pressioná-la”, sugere a personal organizer.

Gabi Harmoni, personal organizer, dá outra dica de ouro: papel filme reforçado, que pode ser encontrado em lojas de embalagem ou de itens para casa. Semelhante ao que usamos na cozinha, ele é mais firme e uma ótima alternativa para proteger a árvore da poeira.

“Temos muito o costume de guardar a árvore na caixa que ela vem, que é de papelão. Além de se desfazer com o tempo, o papelão chama insetos, fica com cheiro de velho e junta muita poeira. O ideal é se desfazer dessas caixas e enrolar a árvore nesse papel filme reforçado, igual enrolamos um alimento mesmo”, ensina. Outra dica é guardar cada pedaço da árvore separado e em sacos diferentes, isso ajuda a proteger as folhas e evitar que elas esfalem.

Sacos herméticos e caixas de armazenamento de plástico são escolhas interessantes e recomendadas para quem procura uma forma organizada para guardar a decoração natalina, e são grandes aliados contra a poeira, que não chega até os enfeites dessa forma. Outra dica importante das profissionais é: se quebrou, jogue fora. Principalmente o pisca-pisca, que pode causar acidentes quando está com lâmpadas quebradas ou pedaços do fio desencapados.

Preciso de espaço!

Gabi Harmoni comenta que tem o hábito de recomendar uma limpeza geral antes mesmo das festas de fim de ano. “Para começar o ano com as energias renovadas e espaço para o que vem de novo”. Mas como o período costuma ser atribulado, muitas pessoas não têm tempo. Dessa forma, a retirada dos enfeites de Natal pode ser um bom momento para aproveitar e fazer essa faxina limpeza geral. “Na primeira semana, isso de começar com tudo mais limpo e leve também funciona. Guarde os enfeites e comece a reparar no que não usa mais e pode ser doado ou descartado”, sugere.

Bárbara segue a mesma linha de pensamento. “Uma boa organização só será bem-feita após um bom desapego. Se você ainda não fez no final do ano, ainda dá tempo. Novos espaços surgirão e o que você não usa mais e for doado, será muito bem utilizado na casa de alguém”, comenta.

A profissional menciona ainda que o espaço que acreditamos não ter, muitas vezes, está ocupado com algo que não faz mais sentido ou que não usamos. Para quem não sabe por onde começar, ela sugere alguns autoquestionamentos: “Ainda faz sentido eu guardar esse item? Ele é útil para a minha família? Há quanto tempo não o uso?”

“Comece o ano tendo na sua casa aquilo que realmente importa e faz sentido para você e sua família”, aconselha Bárbara.



Separe os enfeites por tamanho

DOSES de CUIDADO

Medicar os pets pode ser uma missão delicada, que exige atenção e paciência. Com o tempo e a prática, a tarefa pode se tornar mais fácil, além de contribuir para a saúde e bem-estar do animal

LOANNE GUIMARÃES*

Medicar um animal pode ser desafiador, mas com algumas técnicas é possível driblar as dificuldades e tornar o processo menos doloroso e estressante, tanto para o pet quanto para o tutor. A forma de manipulação do medicamento deve ser feita, junto a um profissional, da forma mais adequada, levando em consideração a raça, o comportamento e o temperamento do animal.

É essencial estabelecer um vínculo com o pet para saber como agir durante esse processo e tentar dar o remédio em um momento em que ele esteja calmo. Na primeira tentativa, deve-se oferecer o medicamento diretamente, colocando a cápsula na mão, e deixá-lo sentir o cheiro. Alguns animais podem achar que é um petisco, aceitando sem perceber. Importante lembrar que, após algumas tentativas, o peludo pode entender a situação e não aceitar mais esse método.



Fotos: Arquivo Pessoal

Faro se adaptou a ingerir o medicamento junto com um alimento que ele gosta

Se o pet for muito dócil, uma opção é abrir a boca do animal, com cuidado, colocar o comprimido na parte de trás da língua e fechar a boca para garantir que ele engula. Kenai, de 8 anos, costuma aceitar melhor comprimidos do que remédios líquidos, segundo sua tutora,

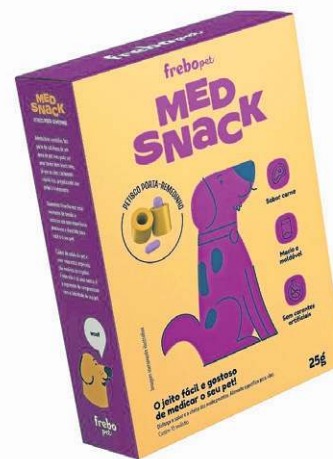
Yasmin Ibrahim, 25 anos. “Eu começo a fazer sinal para ele abrir a boca, pego o meu dedo indicador e espero ele abrir a boca inteira. Coloco a cápsula dentro e passo por trás dos últimos dentes, na parte superior. É muito rápido e tranquilo”, comenta a social media.



Kenai reage bem aos comprimidos em cápsulas



MedSnack Gatos 25g (R\$ 27,50)



MedSnack Cães 25g (R\$ 27,50)

Divulgação/Frebo Pet



Um produto foi criado para camuflar o remédio e garantir praticidade para o tutor e conforto para o pet

Disfarce o medicamento

Umas das técnicas mais comuns é camuflar o medicamento junto a um alimento que o bichinho já goste, como a ração, um patê ou um petisco. Paulo Almeida, tutor de Faro, oferece o medicamento com um alimento que atrai seu cachorrinho: a salsicha. Ele afirma que antes desse método, Faro e os seus outros dois cães cuspiam os medicamentos. “Costumo colocar o comprimido em um pedaço de salsicha, mas se for algo contínuo, passo o medicamento junto com aquelas rações úmidas de pacotes, próprias para cães.”

Se optar por outro tipo de comida, certifique-se de que o alimento escolhido seja seguro e adequado para o pet. O procedimento precisa ser rápido para que o animal não tenha tempo de notar que há algo diferente. O veterinário João Neto explica que não existe um tipo de alimento ideal para o manejo dos medicamentos. “Os mais indicados são aqueles que já tenham o histórico de o animal aceitar e que não cause nenhuma reação indesejada com a medicação”, afirma o veterinário.

Para os remédios em forma de cápsulas, o MedSnack é uma opção de petisco, que funciona como um “porta-remédio”, camuflando o cheiro e gosto do medicamento. O produto foi criado para cães e gatos de todas as idades, e

se adapta a diferentes tamanhos e formatos de remédios, segundo Isadora Borba, fundadora da Frebo Pet, marca do produto. “Em casos de condições como obesidade, alergias ou restrições alimentares, recomendamos que o tutor consulte o veterinário antes de oferecer o produto.”

Se o medicamento for líquido, a tarefa pode ser ainda mais difícil. A maneira mais fácil de administrá-lo é por meio de seringas, sem agulhas. O ideal é que elas sejam inseridas nas laterais da boca do animal, de forma lenta, para evitar engasgos. Quando o líquido é diluído em água, o sabor do medicamento é percebido pelo animal, o que pode fazer com que ele não consuma a quantidade ideal, acabando por desperdiçar o medicamento.

De acordo com a médica veterinária Cristianne Cunha, cada técnica pode ser mais indicada dependendo das características individuais de cada animal. “Se o pet, mesmo assim, cuspir a medicação, será necessário repetir a administração, utilizando uma técnica mais eficaz do que a anterior. Caso o paciente vomite o medicamento, pode ser que parte dele tenha sido ou não absorvido, e, nesse caso, não é recomendado administrar novamente o remédio, pois pode ocorrer de dobrar a dose”, explica.

É importante considerar a saúde geral do pet ao administrar os medicamentos e estar atento a qualquer reação adversa. Manter uma rotina de

visitas regulares ao veterinário para monitorar a saúde do bichinho e discutir as preocupações ou dificuldades é importante.

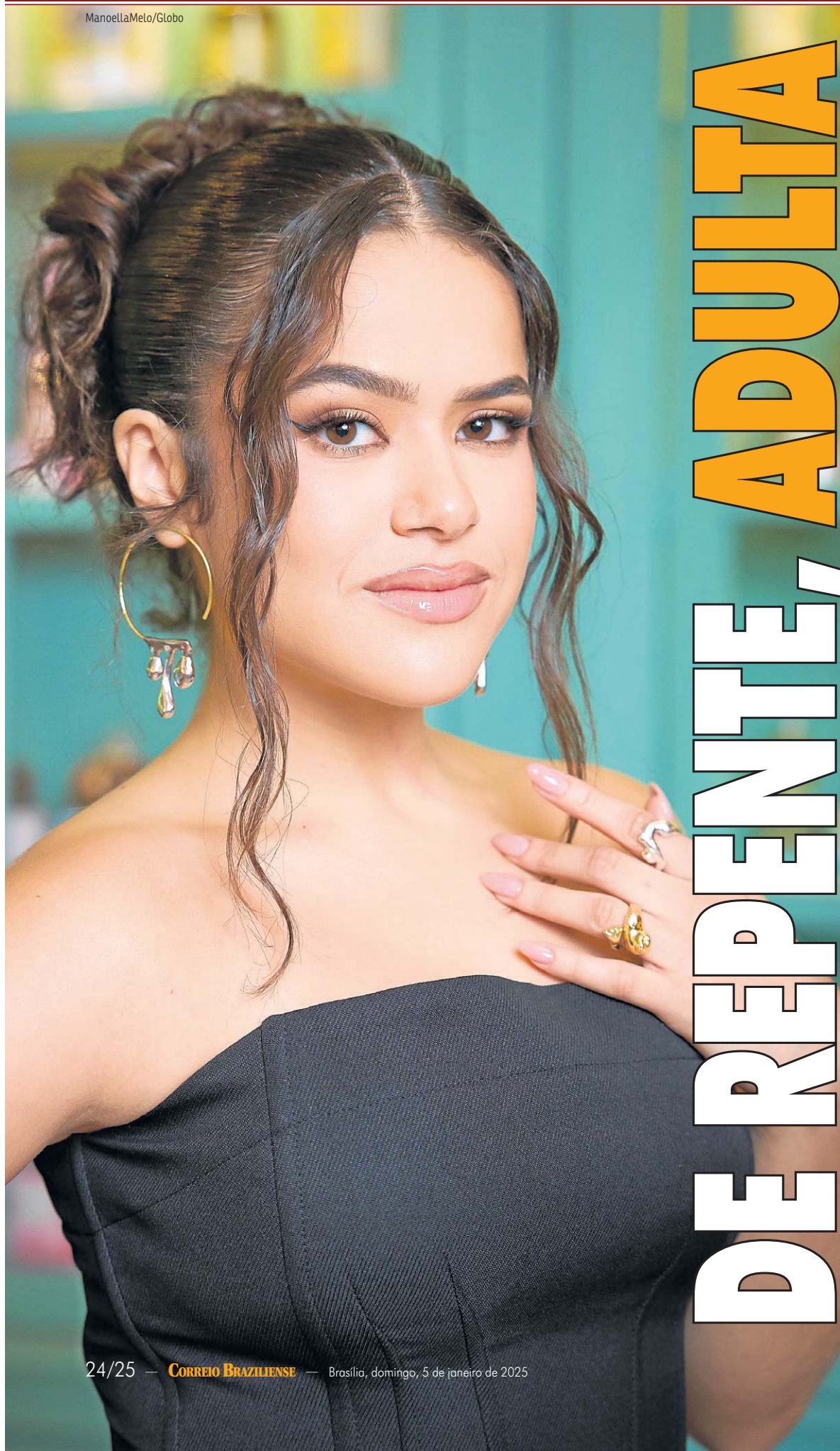
Respeite os limites do seu pet

Cada pet é único e pode reagir de maneira diferente. No caso de filhotes e idosos, o trabalho pode ser redobrado. A melhor opção é sempre administrar de maneira que não cause dor ou trauma ao bichinho, com calma e, se necessário, com o auxílio de uma segunda pessoa, para ajudar a segurar o animal com delicadeza e conforto. Em muitos casos, a combinação de técnicas, o cuidado e a paciência podem fazer toda a diferença, tornando a administração de medicamentos uma tarefa mais tranquila e eficaz.

O treinamento com recompensas, em que o pet recebe um petisco por cada tentativa bem-sucedida de tomar a medicação, pode ser uma técnica muito útil, segundo a veterinária. “Após a administração, é importante reforçar a boa ação com carinho ou uma recompensa, para que o pet associe o momento com algo agradável”, orienta.

***Estagiária sob a supervisão de Sibele Negromonte**

ManoellaMelo/Globo



DE REPENTE, ADULTA

Estreando na Globo como a vilã Bia de *Garota do momento*, Maísa relembra sua trajetória, iniciada aos 3 anos de idade na Record e consolidada no SBT

POR PATRICK SELVATTI

Por trás do sorriso cativante e da irreverência que conquistaram o Brasil em sua infância, quando foi revelada no show de calouros de Raul Gil, na Record, e logo assumiu a apresentação de programas infantis no SBT, Maísa Silva, hoje com 22 anos, vive uma nova fase em sua carreira. Após sete anos longe das novelas e um percurso consolidado no cinema e no streaming, ela estreia na Globo em *Garota do momento*, onde interpreta sua primeira vilã, Bia, na trama das 18h.

Apadrinhada por Silvio Santos, Maísa começou na televisão aos 3 anos, cativando o público com seu carisma nos programas *Sábado Animado*, *Domingo Animado* e *Bom Dia & Cia*, além do quadro *Pergunte à Maísa*, em que brilhou ao lado do dono do baú com uma invejável intimidade com o patrão. Seu talento se estendeu para a teledramaturgia, com papéis marcantes como Valéria em *Carrossel* (2012) e Juliana em *Carinha de anjo* (2016-2019), ambas no SBT. “Eu cresci na frente das pessoas. Elas me veem como alguém da família, uma prima distante. Acho que, por isso, o carinho que recebo é tão especial”, reflete a ex-prodígio.

Após brilhar em *De volta aos 15*, série da Netflix que estreou em 2022 e acumulou três temporadas bem-sucedidas contando a história da mulher de 30 anos que retorna à adolescência, Maísa volta às novelas em um desafio que marca sua transição inversa: de menina para mulher. “São sete anos longe das novelas, é a primeira vez em uma novela na Globo. Você faz uma coisa duas vezes na sua vida e essas duas coisas fazem muito sucesso, dá tudo certo. Mas isso, quando se é criança, e, do nada, você volta em um novo momento da vida, em um novo estado, em uma empresa nova, fazendo uma novela, que é uma coisa que tantos brasileiros assistem diariamente. Então, é uma responsabilidade tão grande!”, desabafa a paulista de São Bernardo do Campo.

A atriz — que se aventurou algumas vezes na escrita com livros autobiográficos — não esconde o entusiasmo pela nova fase. Maísa

Reprodução/Instagram



Ainda criança, Maísa se tornou a menina dos olhos de Silvio Santos, dividindo o palco com ele

Netflix/Divulgação



Com João Guilherme, ela viveu Anita na serie adolescente *De volta aos 15*, da Netflix

TV Globo/Divulgação



Agora, aos 22 anos, ela vive Bia, a vilã jovem de *Garota do momento*, na Globo

admite que estreiar na Globo não foi uma coisa que esperava, mas admite que é algo que gostaria. “Um desejo que eu tinha, mas que eu não imaginava para agora, para esse momento. Foi uma surpresa muito positiva quando a Natália Grimberg fez o contato comigo pelo WhatsApp. É minha primeira novela adulta e meu primeiro projeto na Globo. É um começo”, comenta ela, que brilhou no cinema em filmes como *Tudo por um popstar* (2018), *Cinderela Pop* (2019) e *Desapega!* (2023).

Uma nova casa

Em *Garota do momento*, ambientada nos anos 1950, Maísa dá vida a Bia, uma jovem mimada que rivaliza com a mocinha Beatriz (Duda Santos) pelo amor de Beto (Pedro Novaes). “Quando recebi os primeiros textos, me apaixonei. A maneira como a Alessandra Poggi escreve transporta a gente para 1958 num estalar de dedos”, conta. Acostumada a diversificar seus projetos, ela destaca o aprendizado intenso nas gravações. “Voltar para novela é reaprender a me comunicar dessa forma. É uma rotina puxada, mas tem sido uma jornada incrível.”

Dando um novo passo em sua carreira, a atriz promete continuar surpreendendo, seja como a carismática estrela que o Brasil aprendeu a amar, seja como a nova vilã que promete causar na trama. “É um momento de muitas descobertas e eu estou indo no meu tempo, pronta para aprender e crescer.”

Transcendendo gerações

Além do sucesso como atriz, Maísa Silva mantém um diálogo constante e próximo com seu público nas redes sociais, nas quais acumula números impressionantes: são 5,7 milhões de inscritos no YouTube, 20 milhões no TikTok, 49 milhões de seguidores no Instagram e 13 milhões no X (antigo Twitter). Por lá, ela compartilha bastidores, rotina de lazer e investe em campanhas publicitárias, consolidando sua influência como uma das principais figuras do entretenimento brasileiro.

A atriz não se limita à sua carreira artística e se destaca como uma das principais criadoras de conteúdo do país, navegando com maestria entre a atuação e as redes sociais. Mas, para Maísa, o sucesso não vem apenas dos números. “Se hoje estou aqui, em um papel tão importante em *Garota do momento*, é porque sempre busquei aprender e me reinventar. Crescer na frente das câmeras foi desafiador, mas é algo que me enche de orgulho”, finaliza.

Maísa reconhece o peso de sua história. Para ela, o carinho que recebe dos fãs é reflexo de sua trajetória singular. “É emocionante quando encontro fãs que acompanham minha história há anos”, conta. Entre as histórias que marcaram sua vida, ela lembra de um encontro inesperado na infância. “Uma vez, no McDonald’s, uma moça colocou minha mão na barriga dela e disse que a filha dela se chamaria Maísa por minha causa. Eu era uma criança, foi um choque, mas também muito especial!”

De SBT a Globo, de SP ao Rio

Maísa reconhece que sua mudança da infância para a vida adulta influenciou como ela enxerga as empresas em que trabalhou. “É difícil pontuar as diferenças entre o SBT, onde vivi criança, e a Globo, onde chego adulta, porque eu mudei mais do que as empresas em si. Quando você é criança, idealiza tudo. Agora, com outra cabeça, tenho uma visão muito diferente das coisas”, reflete a geminiana.

Apesar da transição, o orgulho por sua trajetória é evidente. “Minha história no SBT foi fundamental para que eu chegasse até aqui. Invadi os lares das pessoas por muitos anos e cresci junto com elas. Tudo o que conquistei é fruto de muito trabalho, e eu sou muito grata por isso.”

Agora morando no Rio de Janeiro, Maísa se encanta cada vez mais com a cidade. “Eu amo São Paulo, mas confesso que o Rio está me conquistando. O carioca é empático, dá bom dia, conversa. Isso me fez sentir muito próxima das pessoas”, diz. Entre gravações e compromissos, a atriz encontra tempo para aproveitar a praia, praticar ioga e receber amigos. Com seu tradicional bom humor, Maísa ainda brinca sobre o carnaval. “Se eu fosse anônima, passaria o dia na 25 de março fazendo sacolão para fantasias e, depois, iria em todos os blocos. Agora no Rio, vou receber todo mundo em casa. Já aviso que vai ficar lotada em março!”

TV+

Após o sucesso da 1ª temporada, o reality original brasileiro *Ilhados com a sogra* volta para uma segunda edição. A atriz e apresentadora Fernanda Souza segue no comando do programa



Marcos Serra Lima/Netflix

Uma ilha não tão paradisíaca

POR ISABELA BERROGAIN

Ficar preso em uma ilha paradisíaca com a sogra pode soar como um pesadelo para muitos. O tormento, no entanto, se torna realidade, mais uma vez, para seis famílias brasileiras, que topam o desafio em busca do prêmio de meio milhão de reais. A 2ª temporada de *Ilhados com a sogra*, reality original nacional da Netflix, chega à plataforma de streaming com provas e dinâmicas inéditas, mas no mesmo formato que conquistou o público na primeira edição.

“São histórias que realmente fazem a gente grudar na tela e pensar: ‘Caramba, como que esse reality nunca foi feito?’”, questiona a apresentadora Fernanda Souza. Ao longo de oito episódios, noras, genros e sogras precisam deixar as diferenças de lado e agir como equipe para ganhar o prêmio. Enquanto isso, os filhos, isolados em um bunker, acompanham de longe a luta entre cônjuges e mães para se entende-

rem. Lançada em 2023, a atração foi sucesso internacional e ficou no top 10 mundial da Netflix durante duas semanas.

Para Fernanda, *Ilhados* foi um grande acerto da plataforma de streaming. “Além de ser muito inédito, as personagens agregam muito ao programa. Tendo pessoas mais velhas no elenco, você tem outro tipo de entrega, de participação, e eu acho que fazia falta ouvir o que essas mulheres pensam, entender suas dores. É um ganho muito grande para todo mundo, e eu só ouvi elogios para o reality. Eu nunca vi algo tão unânime”, afirma.

Relações familiares

“A grande sacada do projeto é a identificação”, opina a apresentadora. “Você assiste ao reality e vê a sua família ou a de alguém que você conhece representada na tela”, diz. Com o apoio da psicóloga Shenja Karlsson, as duplas tentam deixar para trás a relação tumultuada, buscando um resultado que vai além dos R\$

500 mil — a harmonia dentro da própria família. “Você assiste e pensa que se aquela transformação aconteceu ali, ela também pode acontecer na sua vida”, destaca.

Para Fernanda, é um reality que muda as relações familiares. “Ele coloca uma lente de aumento em relações que, dentro da sociedade, atravessam praticamente todo mundo”, avalia. “Todos temos uma mãe ou uma pessoa que foi nossa cuidadora, e a maioria das pessoas já estiveram em relacionamentos, então essa dinâmica entre parceiro e mãe está dentro de muitas casas”, aponta.

A apresentadora acredita que nós trazemos histórias desafiadoras, como um espelho e uma inspiração para gerar transformação e mudança para as que estão fora do reality. “É inspirador. Eu me torno cada vez mais fã desse programa”, finaliza. Os últimos quatro episódios de *Ilhados com a sogra* chegam à Netflix nesta quinta-feira. A primeira parte já está disponível no catálogo da plataforma.

FIQUE
DE
OLHO

- *On call* estreia no Prime Video na quinta-feira
- Também na quinta, estreia *Terra indomável*, nova minissérie da Netflix
- Novos episódios de *Goosebumps: O desaparecimento* chegam ao Disney+ na sexta

Liga

Hoje, o 82º *Globo de Ouro* é exibido, a partir das 22h, no canal por assinatura TNT e no Max, streaming da HBO. Neste ano, o filme *Ainda estou aqui* e a protagonista do longa, a atriz Fernanda Torres, estão indicados aos prêmios de Melhor filme em língua não inglesa e Melhor atriz de drama, respectivamente. Vamos torcer!

Desliga

A virada de ano na Record foi na contramão das concorrentes — enquanto a Globo e a Band, por exemplo, transmitiram ao vivo os shows de réveillon no Rio de Janeiro e em Salvador, a emissora de Edir Macedo optou por exibir o programa gravado *Canta comigo especial*. Comandado por Ticiane Pinheiro, a atração relembrou os melhores momentos do *Canta comigo 6* e o *Canta comigo teen 5*. Escolha preguiçosa de programação, apesar de o reality musical deter a maior audiência do canal.

Divulgação/Prime Video



Após estreia de sucesso, *Cangaço novo* volta para 2ª temporada em 2025

O que vem por aí?

O streaming já faz parte das nossas vidas — para os adeptos dos serviços on demand, até mais do que os tradicionais canais de televisão e as salas de cinema. Lançamentos constantes, facilidade e custo-benefício, em alguns casos, são exemplos de vantagens das plataformas por assinatura. Apesar das críticas em relação ao aumento de valores e aos problemas técnicos, a Netflix e as demais concorrentes tiveram um ano sólido, e, em 2025, não deve ser diferente.

Séries que foram sucesso absoluto entre o público nas primeiras temporadas prometem voltar com tudo nos próximos meses. Entre as produções nacionais, o destaque vai para *Cangaço novo*, original do Prime Video. Lançado em 2023, os novos episódios, protagonizados por Alice Carvalho, Thainá Duarte e Allan Souza Lima, chegam ao streaming ainda neste ano, e com novidade: após se despedir do papel de Damião no remake de *Renacer*, da Globo, o rapper Xamã fará parte do seriado.

Outra produção nacional que teve adições no elenco em 2024 e voltará em 2025 é *Os outros*. Com a entrada de Letícia Colin na trama, a série se consolidou como um dos principais produtos originais do Globoplay. A data de estreia ainda não foi anunciada.

No âmbito internacional, uma das grandes produções da era do streaming chega ao fim — *Stranger things*, da Netflix. Após uma espera de três anos, os fãs da série finalmente poderão se despedir da história de Eleven e dos mistérios da cidade de Hawkins.

Outro seriado que pode vir ao fim neste ano é *O urso*, distribuído no Brasil pela Star+. Segundo rumores, o roteirista Christopher Storer queria encerrar a história na terceira temporada, mas foi convencido de estender a trama em, pelo menos, mais uma leva de episódios. A decisão pode ser positiva para o desfecho da série, já que os últimos desdobramentos não agradaram muito ao público. O que nos resta é esperar.



Venha bem leve, 2025!

Os primeiros dias do ano nos dão um sopro de esperança. O ritmo vai aumentando aos poucos, o funcionamento da vida nem sempre está a pleno vapor, tem muita gente de férias, o trânsito está bom, os calendários estão sendo trocados e os planos começam a ser feitos. O que não deu certo em 2024 pode ser descartado ou reciclado.

No geral, desejo que 2025 venha mais leve. O ano que passou terminou pesado — duas guerras em curso, acidentes de avião de grande e pequeno portes, ponte que cai, bolo envenenado, balas perdidas, enchente devastadora no Sul, artistas queridos que se foram... Ao completar um quarto de sua existência, o século 21 já está precisando de um refresco.

Para quem gosta, é hora de fazer a lista dos desejos. Afinal, desejar (ainda) não custa nada. E desejar com muita força pode dar bons resultados, dizem alguns. Na dúvida, minha relação já está pronta, misturando desejos para a vida individual e a coletiva:

- Que o mundo perceba que não adianta ficar de um lado ou de outro da guerra, porque guerra não tem vencedor.
- Que o mundo sobreviva tanto às guerras quanto a tudo que fazemos para maltratá-lo — por enquanto, é o único que temos.
- Desejo menos polarização, mais tolerância com quem pensa diferente, menos regras ditadas por quem acha que é dono da verdade.



- Que a gente viva mais a nossa vida, de acordo com as nossas convicções, e se importe menos com a vida dos outros e as convicções deles.
- Quero mais farinha de mandioca, mais doce de leite, mais bolo de cenoura com cobertura de chocolate e menos circunferência abdominal em 2025.
- Quero encontrar mais os amigos, não adiar aquele café que pode fazer toda a diferença em um dia mais nublado.
- Que as redes sociais sejam nossas aliadas, mas que não tentem nos impor ideias, destilar

ódio ou substituir os encontros presenciais, que são nosso combustível.

- Que a inteligência artificial venha para somar, ajudar, facilitar — e não para tomar o lugar ou pasteurizar.
- Que a sexualidade das outras pessoas não nos importe tanto, a não ser que estejamos interessados nelas.
- Quero mais metrô, mais ônibus e menos carros.
- Quero que exercícios físicos se transformem mais rapidamente em perda de peso e boa saúde.
- Desejo mais livros pra mim e pra todo mundo — ainda prefiro os livros físicos, mas cada um fica à vontade para escolher o formato que quiser.
- Que a gente julgue menos as pessoas, seja pela aparência, seja pelas atitudes, e que não tentemos disfarçar “julgamento” atrás de “opinião”.
- Que a gente opine menos, aliás. Nosso ponto de vista sobre todos os assuntos do Universo não é tão importante quanto a gente pensa.

- Quero entrar no caminho da aposentadoria, porque acho que 39 anos ininterruptos de trabalho já são contribuição suficiente.
- Quero viajar mais, para lugares pouco badalados e dos quais trarei lembranças de todo tipo, na mala e no coração.
- Desejo mais respeito aos mais velhos, agora que já cheguei na idade mais madura.
- Desejo ter listas de desejos para o resto da vida, porque desejar é preciso.

Ensinar a pensar

Data estelar: Lua Vazia das 11h29 até 16h02

Agora que o barulho das festas de fim de ano começa a ficar para trás é hora de começares a te preparar para os anos vindouros, que serão de enorme impacto para a história da civilização, mas não nos moldes bélicos e imperialistas de tempos passados, porque se há algo que precisamos todos entender é que o mundo não é mais o mesmo, e que nossos ancestrais, por mais lúcidos que tenham sido, não conseguiram imaginar o que inventamos e, por isso, é de pouco valor continuarmos repetindo os pensadores de outrora, temos de pensar por nós mesmos. E pensar é algo que não nos foi ensinado, ao contrário, nos ensinaram a repetir o que os outros pensaram, nunca como uma faculdade que precisamos treinar a cada solitário instante de nossas existências, em que temos de tomar decisões e iniciativas.

Áries 21/3 a 20/4



O torpor vai sumindo e sendo substituído por uma vontade de entrar em campo o mais rapidamente possível, para iniciar a construção de um destino libertador. Nada fácil esse destino, porém, sempre à disposição da humanidade.

Touro 21/4 a 20/5



As pessoas são boas companhias, mas até certo ponto, porque quando sua alma começa a ficar exausta do barulho e da distração, as mesmas pessoas, com as mesmas situações, se tornam estressantes. Saiba quando se distanciar.

Gêmeos 21/5 a 20/6



Articule bem seus interesses práticos com os relacionamentos que se encontram disponíveis para abrir portas e estenderem ajuda no caminho. Tenha em mente que o que você pretende não pode ser realizado sem ajuda. Só com ela.

Câncer 21/6 a 21/7



Agora é quando as ideias abandonam a dimensão da teoria e precisam ser postas em prática, nem que seja para as descartar, se não se mostrarem factíveis. Esse é o processo que sua alma há de administrar agora.

Leão 22/7 a 22/8



Os humores densos se dissipam e a alma entra na clareza novamente, uma condição mais adequada e pertinente, principalmente porque o ano já se mostra vibrante e cheio de coisas para serem administradas. Lucidez e bom humor.

Virgem 23/8 a 22/9



De vez em quando dão umas vontades loucas que surgem como fantasias na mente, mas que vêm cheias de emoções muito intensas e, por isso, não podem ser descartadas como se nada valessem. Você vai apostar nelas?

Libra 23/9 a 22/10



Quando as pessoas são receptivas à sua presença e ouvem com atenção seus pedidos e sugestões, esse é o melhor cenário possível, nem sempre disponível, mas eis que, agora, anda se abrindo uma janela de oportunidade.

Escorpião 23/10 a 21/11



Menos divertimento e mais concentração nas questões produtivas que você deixou engatilhadas no ano passado, e que agora hão de ser retomadas, porque ainda representam potencialidades que devem ser trabalhadas.

Sagitário 22/11 a 21/12



A retenção chegou ao fim, e agora, pelo menos temporariamente, sua alma pode se dedicar ao que mais gosta, se precipitar na direção do desconhecido em busca de aventuras excitantes, mesmo que não resultem em nada.

Capricórnio 22/12 a 20/1



Muito barulho por nada, isso acontece muito entre as pessoas, porque é usual elas criarem narrativas cheias de emoção que parecem prometer grandes experiências, só que na hora da prática se mostram pírias.

Aquário 21/1 a 19/2



É preciso perder o controle para reconhecer o real valor de manter tudo sob domínio. Não há nada de patológico em pretender controlar tudo que lhe dizer respeito, esse anseio é importante e, além disso, muito humano.

Peixes 20/2 a 20/3



Trapalhadas acontecem o tempo inteiro, e além de serem naturais na experiência humana, se bem aproveitadas podem se transformar em objeto de bom humor, e desopilar o fígado com altas e sonoras risadas. É bem por aí.



LEIAM MULHERES

Desde que a humanidade começou a contar histórias, a voz da mulher tem sido entoada basicamente pelos homens. Mesmo antes da escrita, o que nos chegou da tradição oral não deixa dúvidas sobre a autoria das personagens femininas.

Traidoras (Eva), arditosas (Pandora), obscenas (Lilith): esses são alguns atributos das primeiras protagonistas da mitologia ocidental. Na narrativa atribuída a Homero, não existem heroínas: Penélope é boa, mas só porque passou a vida tecendo um interminável bordado, à espera do marido, Odisseu; esse sim um herói (que a traiu, por sinal, com a deusa Calipso).

Com exceções, são raríssimas as escritoras antes do século 19. Até quando se escreveu para as poucas alfabetizadas, eram das mãos masculinas que saíam histórias adocicadas, “moralmente edificantes”, muitas vezes de cunho religioso. Até 1970, somente 20% da produção editorial global era de autoras mulheres.

Eis que, em 2023, pela primeira vez, o jogo virou. Escritoras ultrapassaram os colegas homens não só na publicação, mas na venda de livros, em todo o mundo. Ainda assim, no acumulado histórico, há uma enorme lacuna de gênero na literatura.

Um levantamento do site especializado norte-americano BookRiot mostra que, das 200 obras de ficção mais populares desde 1800, 70,4% são de autores do sexo masculino. A



mesma pesquisa constatou que livros escritos por homens e com protagonista deste gênero venderam, no período, 10 milhões de cópias a mais, comparado às obras femininas, em que a personagem principal é uma mulher.

Perdem tanto os que deixam de ler a voz das mulheres! Na polifônica literatura feminina, há uma riqueza de enredos, personagens e estilos narrativos que nos fazem pensar em quanto se

perdeu ao separar por tantos milênios as mulheres das letras.

Como leitora voraz que, cada vez mais, tem devorado obras de autoras femininas, deixo algumas sugestões para quem está planejando a listinha de 2025.

Boa leitura!

Oração para desaparecer — Da elegante pena da brasileira Socorro Acioly sai uma metáfora sobre a construção da identidade, com toques de realismo fantástico na medida. Companhia das Letras.

Pedra, papel e tesoura — Um suspense policial que nem aqueles que adivinham tudo no meio da história deixarão de se surpreender no fim. Da britânica Alice Feeney. Darkside.

As primas — Nesse estranhíssimo romance da argentina Aurora Venturini, a desumanidade crua acompanha a protagonista, uma jovem pintora com comprometimento cognitivo. Fósforo Editora.

A biblioteca dos sonhos secretos — Os livros conectam diferentes pessoas nessa

ficção de cura da japonesa Michiko Aoyama. Não se engane pela doçura da narrativa: não há nada de simplório nesta obra. Editora Sextante.

O mau hábito — Inspirado na experiência da autora espanhola Alana Portero, uma mulher trans que cresceu na Madrid dos anos 1980 e 1990, com muitas referências culturais dessas décadas. Amarcord.

Eufrazio


LUGANO
GRAMADO



VISITE-NOS
E CONHEÇA
OS NOSSOS
PRODUTOS!

📍 QSD 23, Lote 40 - Pistão Sul, Taguatinga - DF

📷 @chocolatelugano.taguatinga

☎ (61) 9 8148-2000



 @CLUBECORREIOBRASILENSE

Conheça os parceiros e fique por dentro dos eventos da semana pelos vídeos no Instagram!

Essa semana:



ACUAS FITNESS

Academia ampla, moderna e pensada para proporcionar o melhor ambiente para os seus treinos.

 **10%**
DE DESCONTO*

CINESYSTEM
CINEMA ALÉM DO FILME

CINESYSTEM

Tenha uma experiência cinematográfica além dos filmes, acompanhado de muito conforto e diversão para toda família.

Assinante do Correio Brasileiro tem 50% de desconto.

 **30%**
DE DESCONTO*

**DeRose
Method**

DEROSE METHOD

Conheça um dos métodos mais tradicionais de meditação e yoga do mundo!

E aproveite o desconto para assinantes do Correio Brasileiro. Válido para o plano trimestral ou recorrente com pagamento no cartão de crédito

 **30%**
DE DESCONTO*



Acesse o nosso site e veja as informações completas, além de todos os benefícios disponíveis

correiobrasileiro.com.br/clubedoassinante

*Consulte as condições de cada benefício no site. só serão concedidos aos assinantes mediante apresentação do cartão digital Clube do Assinante: www.correiobrasileiro.com.br/clubedoassinante. Os benefícios ou impresso e de um documento de identificação do titular da assinatura. Central de Atendimento Assinante: (61) 3342-1000 - opção 3.

Ano novo, hábitos novos!

Que tal começar o ano com energia e equilíbrio? Este é o momento perfeito para investir em sua saúde física e mental, tornando sua rotina mais leve e prazerosa. Atividades que combinam movimento e diversão são ideais para manter-se ativo e revitalizado enquanto aproveita cada instante dessa nova fase.

Uma excelente alternativa é a Academia Acuas Fitness, que oferece treinos personalizados, equipamentos modernos e atendimento de qualidade. Com um ambiente acolhedor, a Acuas Fitness ajuda você a atingir seus objetivos, promovendo a prática de exercícios regulares e incentivando hábitos saudáveis.

Para cuidar da mente, o Método DeRose é uma ótima opção. Essa escola de meditação e desenvolvimento pessoal reúne técnicas de mindfulness, respiração, força, flexibilidade e auto-observação, ajudando a aprimorar sua clareza mental, foco e vitalidade. Uma forma perfeita de renovar as energias e encarar o novo ano com equilíbrio e propósito.

Manter-se ativo mesmo durante as férias é mais simples do que parece. Experimente incluir pequenas mudanças na sua rotina, como caminhadas ao ar livre ou aulas experimentais. Essas práticas não só ajudam a cuidar do corpo, mas também renovam a mente e trazem uma sensação de bem-estar, preparando você para abraçar o ano com disposição e alegria!

Texto por:
Clube Correio Brasileiro